

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

Diplomová práce

Klára Beranová

Genderové rozdíly ve zdrojích osobní pohody

Gender Differences in Sources of Well-being

Praha 2016

Vedoucí práce: Prof. PhDr. Marek Blatný, DrSc.

Na prvním místě bych ráda poděkovala Prof. PhDr. Marku Blatnému, DrSc. za cenné odborné rady a poskytnutí výzkumných dat. Dále děkuji RNDr. Petru Boschovi, CSc. a Ing. Mgr. Marku Vrankovi za ochotu při konzultacích statistiky.

V neposlední řadě děkuji za velikou trpělivost a podporu svojí rodině, partnerovi a přátelům.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracoval(a) samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.

V Praze dne 25.7.2016

.....

Klára Beranová

Abstrakt (česky):

Předložená diplomová práce se zabývá genderovými rozdíly v korelátech osobní pohody (well-being). Definuje osobní pohodu a soustředí se na dva významné přístupy, subjektivní pohodu (SWB) a psychologickou pohodu (PWB). V teoretické části shrnuje nejvýznamnější demografické a socioekonomické faktory, které well-being ovlivňují, problematiku pohlaví a genderu a zaměřuje se na osobnostní zdroje well-beingu. Empirická část se zabývá analýzou a explorací genderových rozdílů vztahu mezi osobní pohodou a klíčovými charakteristikami osobnosti dle modelu Big Five, hodnotovými postoji podle Schwartze a copingovými strategiemi formulovanými Carverem.

Výzkumný soubor tvořilo 2317 studentů Masarykovy univerzity. Statistickým zpracováním dat byla zjištěna korelace 0,602 mezi metodami měřícími SWB a PWB. Potvrdil se signifikantně silnější pozitivní vztah extraverze a aktivního copingu s PWB u mužů a signifikantně silnější vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a SWB u žen. Také bylo potvrzeno, že mladé ženy mají vyšší úroveň PWB než muži. Explorační analýza ukázala nejvyšší genderový rozdíl mezi hodnotovým typem vyššího řádu konzervace a PWB, u mužů je vyšší negativní korelace mezi psychologickým well-beingem a konzervací.

Klíčová slova: well-being, osobnost, coping, hodnoty, gender

Abstract (in English):

This submitted thesis deals with gender differences in sources of well-being. It defines well-being and focuses on defining two significant approaches which are the subjective well-being (SWB) and the psychological well-being (PWB). In the theoretical part it summarizes the most significant demographics and socioeconomics factors which affect the well-being, gender and sex issues, and also focuses on the links between personality and well-being. The empirical part deals with the analysis and exploration of gender's differences of correlations between the well-being and the key characteristics in personality according to the Big Five model, the Schwartz Theory of Basic Values and coping strategies formulated by Carver.

Research sample consisted of 2317 students of Masaryk University. The statistical analysis found correlation 0,602 between inventories measuring SWB and PWB. The significantly stronger positive relationship has been confirmed in men between extraversion and PWB, between active coping and PWB and also it has been confirmed, that women have significantly stronger relationship between coping strategy using emotional support and SWB. It was also confirmed, that young women participants have higher values of PWB than men. Exploratory analysis revealed the highest gender difference between the higher order value conservation and PWB, men have higher negative correlation between psychological wellbeing and conservatism.

Keywords: well-being, personality, coping, values, gender

Obsah

I ÚVOD	8
II TEORETICKÁ ČÁST	9
1 Osobní pohoda	9
1.1 Definice	9
1.2 Historie	10
1.3 Současné přístupy k well-beingu	11
1.3.1 Subjektivní well-being	12
1.3.2 Psychologický well-being	14
2 Zdroje osobní pohody	18
2.1 Demografické a socioekonomické faktory	18
2.1.1 Osobnost	22
2.1.2 Osobnostní rysy	22
2.1.3 Copingové strategie	27
2.1.4 Hodnoty	32
3 Gender	38
3.1 Pohlaví	39
3.1.1 Muži, ženy a intersexuálové	39
3.1.2 Biologické rozdíly	41
3.2 Gender	43
3.2.1 Maskulinita a femininita	43
3.2.2 Teorie genderu	45
4 Výzkumy vztahů mezi pohlavím, well-beingem a jeho zdroji	48
III EMPIRICKÁ ČÁST	52
5 Výzkumné cíle, otázky a hypotézy	52
5.1 Výzkumné cíle a otázky	52

5.2	Výzkumné hypotézy	53
6	Použité metody	55
6.1	Výzkumný soubor	55
6.2	Použité metody.....	55
6.2.1	The Satisfaction With Life Scale	56
6.2.2	The Scale of Psychological Well-being.....	56
6.2.3	The NEO Five-Factor Inventory	57
6.2.4	The Brief COPE	58
6.2.5	The Portrait Value Questionare.....	58
6.3	Metody analýzy dat.....	61
7	Výsledky	63
7.1	Deskriptivní statistika	63
7.2	Analýzy závislostí.....	65
7.2.1	Osobní pohoda u mužů a žen	65
7.2.2	Vztah mezi extraverzí a osobní pohodou.....	66
7.2.3	Vztah mezi přívětivostí a osobní pohodou.....	68
7.2.4	Vztah mezi užíváním emoční podpory a osobní pohodou.....	70
7.2.5	Vztah mezi aktivním copingem a osobní pohodou	71
7.3	Explorační analýza.....	73
8	Diskuze	76
8.1	Diskuze výsledků	76
8.2	Přednosti a limity výzkumu	79
8.3	Implikace pro další výzkum.....	82
9	Závěr	83
10	Souhrn	84
	IV LITERATURA.....	86
	V PŘÍLOHY	105

I ÚVOD

Pokud se zeptáme libovolného člověka, co by si v životě přál, pravděpodobně nám začne vyjmenovávat věci jako lásku, bezpečí, finanční zabezpečení, dobré zaměstnání, pevné zdraví, spokojenost sám se sebou, dobré vztahy se svými blízkými, pociťovat radost, smysluplnost svého života a pokud možno neprožívat stres, starosti či zármutek. Kdybychom toto shrnuli, v podstatě můžeme říci, že si dotyčný přeje žít šťastný, nebo alespoň spokojený život. Ovšem ačkoli ve výsledku tedy všichni usilujeme o totéž, nejsme v dosahování tohoto cíle stejně úspěšní. Zdali dokážeme získat a udržet svoji vytouženou osobní pohodu závisí na mnoha faktorech okolo nás i v nás samotných.

Tématu štěstí a spokojeného života se věnovali již starověcí filosofové či středověcí učenci, žijící stovky let před vznikem vědecké psychologie. Přesto, či možná právě proto, však dodnes neexistuje jednotný a všemi uznávaný přístup k tomuto tématu. Je stále potřeba důkladně mapovat, co lidi činí spokojenými, s jakými dalšími koreláty osobní pohoda souvisí, nalézat interindividuální rozdíly a přispět tak k lepšímu porozumění toho, jakými cestami lze dospět ke kýžené životní spokojenosti.

Cílem mého výzkumu je tedy rozšířit dosavadní penzum znalostí osobní pohody o specifika genderových rozdílů mezi jejími koreláty. Vzhledem k rozsáhlosti této oblasti se budu v teoretické práci zaměřovat jen na témata, která úzce souvisí s výzkumem v empirické části.

V praktické části pak budu pracovat s rozsáhlými daty z velkého dotazníkového šetření, které proběhlo v roce 2007 pod záštitou prof. PhDr. Marka Blatného, CSc., ředitele Psychologického ústavu Akademie věd ČR, prof. PhDr. Mojžíry Svobody, CSc. vedoucího Psychologického ústavu FF MU a doc. PhDr. Ilony Gillernové, CSc., vedoucí Katedry psychologie FF UK.

II TEORETICKÁ ČÁST

1 Osobní pohoda

Osobní pohoda se v posledních desetiletích stala v odborné literatuře velice často diskutovaným tématem a i v českých textech bývá často používáno anglické označení well-being. Jelikož tato práce čerpá převážně ze zahraniční literatury, budeme tyto termíny používat jako synonyma.

1.1 Definice

Pojem Well-being je primárně psychologický, ale má přesah do mnoha dalších společenskovědních i přírodovědných oborů (filosofie, sociologie, pedagogiky i medicíny) (Kebza, Šolcová, 2003). Proslavil se v roce 1946 v definici zdraví podle WHO, podle které zdraví není jen absencí nemoci či slabosti, ale také stavem celkové tělesné, duševní a společenské pohody (well-being).

Je tedy proto až s podivem, že ačkoli frekvence jeho použití v posledních desetiletích výrazně stoupá, hledali bychom definici jeho anglického či českého názvu v řadě slovníků marně. Například v Hartlově Psychologickém slovníku nebyly tyto pojmy zařazeny ani do třetího vydání z roku 2015 a taktéž je nenajdeme v Oxfordském Dictionary of Psychology z roku 2009.

Mezi pojmy, které jsou well-beingu blízké a bývají často využívány k jeho popisu, patří zejména hesla „životní spokojenost“ (anglicky life satisfaction), či pouze „spokojenost“ (satisfaction), „blaho“ (wellfare), „radost“ (pleasure), „úspěšnost“ (prosperity) a nesmíme opomenout ani pojem „štěstí“ (happiness) (Kebza, Šolcová, 2003), často používaný například Dienerem nebo zástupci pozitivní psychologie. Dále bychom do této skupiny pojmů měli jistě zahrnout také slova „pohoda“ či „kvalita života“ (quality of life).

Pro obecnou definici well-beingu jako takového tedy musíme sáhnout např. do slovníku Americké psychologické asociace, která jej vysvětluje jako „*stav štěstí, spokojenosti, nízká úroveň distresu, celkově dobré fyzické a mentální zdraví a vyhlídky, nebo dobrá kvalita života*“ (VandenBos, 2007, s.996).

Podle Křivohlavého (2013) se pojem well-being začal v psychologii používat pro určitý druh štěstí proto, že samotné slovo „štěstí“ je používáno v běžném životě a má proto dost nepřesný význam. Well-being, neboli tělesná, psychická či subjektivní pohoda, označuje obecnou, vše zahrnující pohodu (*life satisfaction*). Tedy více, než jen soubor emocionálních zážitků v situaci, kdy mají pozitivní emocionální zážitky převahu nad negativními.

Blatný (2010, s. 198) osobní pohodu definuje jednoduše jako „*dlouhodobý či přetrvávající emoční stav, ve kterém je reflektována celková spokojenost člověka s vlastním životem*“. Upozorňuje však, že se nejedná o jednoduchý konstrukt, ale spíše o širokou kategorii různých psychologických proměnných. Osobní pohoda je ve svém základě tvořena dvěma složkami, kognitivní a emoční. Kognitivní složka je tvořena vědomým hodnocením vlastního života, emoční složka představuje souhrn emočního prožívání, kam řadíme pozitivní či negativní afekty, emoce a nálady (Blatný, 2010).

Z psychologického hlediska řadíme osobní pohodu na rozhraní afektů, nálady, osobnostních rysů a postojů. V psychologických metodách, sloužících k zjištění míry osobní pohody, jsou obvykle dotazovány prožitky trvající dny či týdny, což odpovídá stabilnějším emočním charakteristikám, s přihlédnutím i k aktuálnějšímu psychickému stavu a dynamice nálad (Kebza, Šolcová, 2003).

Nakolik je well-being aktuální a stále živé téma dokazuje například i letos publikovaná mezinárodní studie provedená interdisciplinární skupinou 190 vědců, kteří analýzou biologických vzorků od téměř 300 tisíc osob hledali mimo jiné i geny ovlivňující neuroticismus, depresi a subjektivní well-being (Okbay a kol., 2016).

1.2 Historie

Jak jsem uvedla již v úvodu, otázkou, jak žít spokojený život, se zabývali již starověcí filosofové. Například v učení antické starověké kynické školy, založené

Sokratovým následovníkem Antisthenesem (asi 455-360 př.n.l.) nalezneme přesvědčení, že lidé dosáhnou ctnosti a štěstí nezávislostí na svých vnitřních potřebách a vášních. Naopak protipól k tomuto filosofickému směru tvoří škola hédonická, založená jiným Sokratovým následovníkem, Aristipposem z Kyrény (asi 435-355 př.n.l.). Hédonická škola považovala za cíl života dosahování rozkoše a slasti (*hedoné*) a vyhýbání se tomu, co je nepříjemné. Tyto hédonické zážitky štěstí jsou však pouze dočasné a nelze tak získat trvalý stav blaženosti (*eudaimonia*) (Tretera, 1999). Stálé blaženosti nedosáhneme podle Aristotela zábavou či tělesnou rozkoší, ale jen uskutečňováním mravních ctností a skrze práci na svém poslání (Aristoteles, 1996). Přesun zájmu od člověka k náboženství vidíme u středověké evropské filosofie, silně formované křesťanstvím, která spatřovala nejvyšší blaženost v lásce k bohu (Tretera, 1999). Dle buddhismu člověk dosáhne dokonalé blaženosti, neboli nirvány, pouze tehdy, dokáže-li se vzdát své žádostivosti, lpění na životě, chtění, toužení a vymaní-li se tak z neustálého koloběhu utrpení (Störig, 1995). Tématu spokojeného či šťastného života se také dotkla i řada novověkých filosofů.

Psychologie, která se jako samostatný obor z filozofie vydělila v druhé polovině 19.století, se zprvu profilovala jako převážně empirický a experimentálně orientovaný obor. Následně se pozitivním stránkám lidského žití v menší či větší míře věnovala řada zástupců různých psychologických směrů, zejména například A.H.Maslow, V.E.Frankl nebo C.R.Rogers. Avšak o systematickém výzkumu pozitivních stavů a pohody můžeme mluvit až od osmdesátých let dvacátého století. Nově tak vznikla vědecká oblast nazývaná „Psychologie osobní pohody (well-being)“ (Blatný, 2005).

Veliký rozmach vědeckého zájmu o studium a podporu pozitivních aspektů lidského života také vyústil v roce 1999 ve vznik pozitivní psychologie jako nového psychologického směru (Slezáčková, 2010).

1.3 Současné přístupy k well-beingu

Názorová dualita, kterou započali již starověcí filozofové, je patrná i ve dvou významných směrech, kterými se výzkum well-beingu ubírá i v současné době. V následujícím textu se budu věnovat popisu konceptu subjektivní osobní pohody, zkratkou označované jako SWB (subjective well-being), který vychází z tradice

hedonické, a psychologické osobní pohody, neboli PWB (Psychological Well-being), který staví na kořenech eudaimonických.

Stručně je lze shrnout tak, že v hedonistické tradici je pozornost zaměřena na štěstí, které je obecně definováno jako přítomnost pozitivního a absence negativního afektu, zatímco v eudaimonické tradici se největší důraz klade na žití plným a hluboce uspokojivým způsobem.

Tyto koncepty, byť jsou do určité míry rozdílné, mají i společné znaky a výzkumy ukázaly vysokou korelaci a značné překrytí. Waterman, Schwartz a Contiová (2008) se domnívají, že pokud osoba zažívá eudaimonický způsob osobní pohody, pociťuje nutně i hedonické štěstí. Ovšem ne všechno hedonické štěstí pochází z eudaimonického žití (Waterman a kol., 2008).

Kromě těchto dvou směrů ještě mezi významné teorie osobní pohody řadí Blatný (2015) také novější koncepcce M.Seligmana a S.Lyubomirské.

1.3.1 Subjektivní well-being

Ed Diener, jeden z nejvýznamnějších zástupců tohoto přístupu, definuje subjektivní well-being, označovaný zkratkou SWB, jako osobní kognitivní a emoční hodnocení vlastního života (Diener, Lucas, Oishi, 2002). Toto hodnocení obsahuje emoční reakce na události stejně jako kognitivní hodnocení uspokojení a naplnění. SWB je tedy široký koncept zahrnující prožívání příjemných emocí, nízkého množství nepříjemných emocí a vysokou životní spokojenost (*life satisfaction*).

Well-being je nazýván subjektivním z toho důvodu, že lidé sami hodnotí, do jaké míry zažívají pocit pohody. Tento koncept je také často používán ve významu „štěstí“. Tedy maximalizování jedincovo well-beingu je viděno jako maximalizace jeho pocitů štěstí.

Novodobou historii tohoto přístupu Diener, Lucas a Oishi (2002) spatřují již na konci 18.století u utilitárního Jeremyho Benthamu. Utilitariány považuje za intelektuální předchůdce výzkumníků SWB, zaměřujících se na emoční, mentální a fyzické požitky a bolest, kterou jedinci zažívají.

Empirické studie SWB Diener a kol. datují na počátek 20.století, kdy Flugel nechával probandy zaznamenávat jejich emoční události a reakce. Po druhé světové válce k výzkumům začaly být používány jednoduché souhrnné dotazníky, které umožňovaly sbírat data od velkého množství lidí a vytvořit reprezentativní vzorky. Mezi nejvýznamnější studie tohoto období řadí Diener a kol. výzkum Normana Bradburna z roku 1969, který ukázal, že příjemné a nepříjemné emoce jsou poněkud nezávislé a mají rozdílné koreláty – nejsou tedy pouhé protiklady a musí proto být zjišťovány odděleně. Tento poznatek je dle něj důležitý pro klinickou psychologii, neboť ukazuje, že eliminace negativních stavů sama o sobě nemusí udělat člověka šťastného.

Diener, Suh, Lucas a Smith (1999) definují SWB jako obecnou oblast vědeckého zájmu spíše než jako jeden specifický konstrukt. Jedná se o širokou kategorii jevů, které obsahují emocionální reakce, oblasti uspokojení a globální hodnocení životní spokojenosti. V tabulce č. 1 jsou uvedeny jednotlivé komponenty SWB.

Tabulka 1

Komponenty subjektivního well-beingu (Diener a kol., 1999, s.277)

Příjemné afekty	Nepříjemné afekty	Životní spokojenost	Oblasti uspokojení
Radost	Vina nebo stud	Touha změnit život	Zaměstnání
Euforie	Smutek	Spokojenost se současným životem	Rodina
Spokojenost, pýcha	Úzkost a obavy, strach	Spokojenost s minulostí	Volný čas Zdraví
Náklonnost	Stres	Spokojenost s budoucností	Finance
Štěstí	Deprese	Spokojenost s pohledem ostatních na vlastní život	Vlastní já
Extáze	Závist		Vlastní skupina

Pro posouzení spokojenosti respondenta s jeho životem jako celkem a změření SWB byl vyvinut jednodimenzionální inventář The Satisfaction with Life Scale se zkratkou SWLS, česky zvaný Škála životní spokojenosti. Stupnice s 5 položkami a 7 bodovou škálou neposuzuje spokojenost člověka s jednotlivými oblastmi, jako je například zdraví nebo finance, ale umožňuje je integrovat do celkového hodnocení jeho života. SWLS tak měří individuální vědomé hodnocení jedincova života pomocí kritérií dané osoby (Pavot, Diener, 1993).

Kritické hlasy však upozorňují, že tento přístup je příliš zjednodušující a pracuje pouze s hédonickou prožitkovou složkou osobní pohody. *„Podle kritiků je osobní pohoda něčím více, než jen příjemnými prožitky z vlastního společenského postavení, úspěchu, splněných přání, to vše okořeněné troškou vrozeného optimismu“* (Blatný, Jelínek, Hřebíčková, 2009, s.300). Jako reakce na tento směr proto vznikl koncept PWB, vycházející zejména z myšlenek humanistické psychologie, který klade důraz na význam sebeaktualizace, smyslu života a osobního růstu (Gurková, 2011).

1.3.2 Psychologický well-being

Zastánci psychologického well-beingu, označovaného zkráceně jako PWB (psychological well-being), se pro zdůraznění odlišnosti svého přístupu obracejí k Aristotelovu pojmu eudaimonia, který můžeme přeložit jako blaženost. Blaženost je v tomto pojetí pojímána jako stav mysli prostý zla, který se vyznačuje uskutečňováním ctnosti, dokonalém plnění životního úkolu a vnitřním zušlechťováním. K nejvýznamnějším zástupcům současného eudaimonického přístupu patří zejména Carol Ryffová, Richard Ryan a Edward Deci (Blatný, Jelínek a Hřebíčková, 2009). Mezi nejdůležitější osobnosti, které svým odkazem ovlivnili tento přístup, řadí Ryffová (1989) také psychodynamicky a humanisticky orientované psychology jako je například Jung, Maslow, Allport či Rogers.

Tradice psychologického well-beingu čerpá z koncepcí lidského rozvoje a existenciálních výzev života (Keyes, Schmotkin, a Ryff, 2002) a v jejím pojetí je osobní pohoda chápána jako výsledek uskutečňování pozitivních životních snah (Ryff, 1989).

Podle Ryffové a Keyesové (1995) se struktura osobní pohody skládá z následujících šesti základních dimenzí:

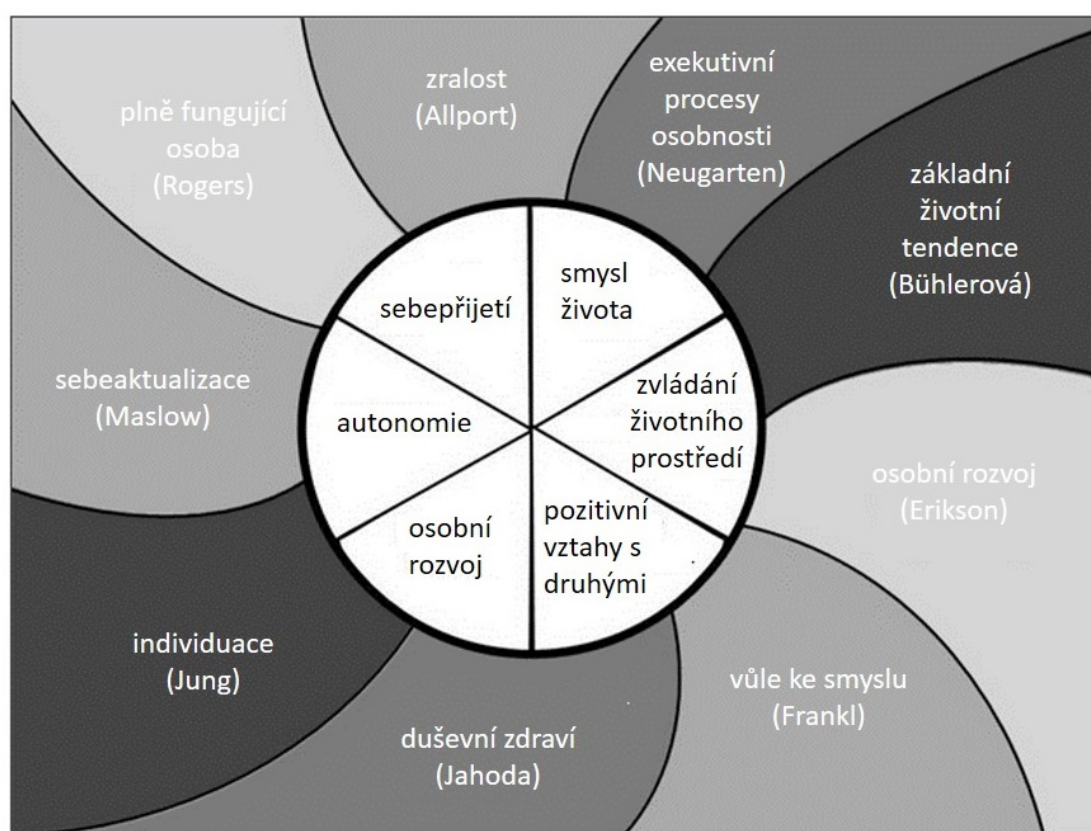
- Sebepřijetí (*self-acceptance*) – vysoký skór znamená kladný postoj k sobě samému, přijímání svých dobrých i špatných vlastností a své minulosti. Nízké skóry ukazují nespokojenost se sebou, zklamání svojí minulostí, obavy o jisté osobní kvality či touhu jedince být jiný, než jaký je.
- Pozitivní vztahy s druhými (*positive relations with others*) – člověk s vysokým skórem má vřelé, uspokojující a důvěrné vztahy s ostatními, je zaměřen na blaho druhých, je schopný silné empatie, lásky a intimity, rozumí dávání a přijímání v rámci lidských vztahů. Lidé s nízkými skóry mají málo blízkých vztahů, je pro ně těžké být vřelý a otevřený k jiným osobám. V mezilidských vztazích jsou izolovaní a frustrovaní, nejsou ochotni dělat kompromisy kvůli udržení důležitých vztahů s ostatními.
- Autonomie (*autonomy*) – Autonomní jedinec se vyznačuje nezávislostí a sebeurčením. Je schopen odolat sociálnímu tlaku, hodnotí své chování vlastními normami a reguluje své chování zevnitř. Člověk s nízkou autonomií je znepokojen očekáváním a hodnocením jiných lidí, při důležitých rozhodnutích spoléhá na závěry druhých. Podléhá sociálnímu tlaku myslet a jednat určitým způsobem.
- Zvládání životního prostředí (*environmental mastery*) – vysoký skór ukazuje na pocit ovládání a kompetence v řízení okolního prostředí, kontrolu řady vnějších aktivit, efektivní využívání okolních příležitostí a schopnost si vybrat nebo vytvořit okolnosti pro získání osobních potřeb a hodnot. Nízký skór značí potíže s řízením každodenních záležitostí, pocit neschopnosti změnit nebo zlepšit svůj život, neznalost okolních příležitostí a nedostatek pocitu kontroly nad vnějším světem.
- Smysl života (*purpose in life*) – Osoba s vysokým skórem má životní cíle a smysl pro směřování. Vnímá smysl svého minulého a současného života, má přesvědčení, která dávají životu smysl. Naopak člověk s nízkým skórem postrádá smysl života, má málo životních cílů, nevidí smysl ve svém minulém životě a vyhlídky, které by dávaly jeho životu smysl.
- Osobní rozvoj (*personal growth*) – vysoce skórující jedinec má pocit kontinuálního vývoje, cítí, jak roste a rozvíjí se. Je otevřený novým zkušenostem, realizuje svůj potenciál, vidí zlepšení sebe a svého chování v průběhu času, které reflektuje větší sebezpoznaní a efektivitu. Lidé skórující nízko mají pocit osobní stagnace, postrádají

smysl pro zlepšování sebe sama v průběhu času, cítí se znuděně a nezaujatí životem. Cítí se neschopní vyvinout nové postoje nebo chování.

Následující schéma 1 zobrazuje nejen 6 základních dimenzí, ale i koncepční opory, ze kterých PWB čerpá. Domnívám se, že je však poněkud na škodu, že umístění teoretických pramenů neodpovídá jejich vztahům k jednotlivým dimenzím (Ryff, 2008). Jedná se tedy spíše jen o ilustrační obrázek než schéma.

Schéma 1

Klíčové dimenze psychologického well-beingu a jejich teoretické základy (Ryff, 2014, s.30)



Tento šestidimenzionální model a na něm založená metoda měření psychologické osobní pohody jsou dnes široce užívané, avšak ozývají se i kritické hlasy. Výsledky například Springera a Hausera (2006) ukazují vysokou korelaci mezi čtyřmi faktory. Osobní růst, smysl života, sebepřijetí a zvládání životního prostředí jsou podle nich pouze jediný faktor a PWB je podle nich tedy pouze třífaktorový.

Původní model pro měření PWB obsahoval 20 položek pro každý faktor, dohromady tedy 120 položek (Ryff, 1989), posléze Ryffová vyvinula také kratší verze s menším počtem položek (Burns a Machin, 2009). PWB může být měřeno jako multidimenzionální model se šesti dimenzemi, ale také i jako souhrnný unidimenzionální konstrukt, což je zejména u kratší verze nejvhodnější (Blatný, 2008).

Do eudaimonického přístupu můžeme dále řadit teorii sebeurčení (*Self-Determination Theory*), která říká, že pro dosažení osobní pohody musí mít člověk uspokojené základní psychologické potřeby: potřebu autonomie, potřebu kompetence a potřebu zapojení do sociálních vztahů. Naplnění těchto potřeb vede k osobní pohodě, psychologickému růstu, zvýšení motivace a osobní integritě (Rayen a Deci, 2000).

Konstrukty SWB a PWB vycházejí z odlišných teoretických přístupů, zaměřují se však na stejný cíl – změření míry prožívané osobní pohody. Řada výzkumů se tedy snažila zjistit, nakolik jsou tyto konstrukty příbuzné či naopak odlišné. Výsledky opakovaně ukazují, že tyto konstrukty jsou rozdílné, vysoce spolu korelují (McMahan Renken, Kehn a Nítkova, 2013) a lze je pojímat jako vzájemně se doplňující (Ryan a Deci, 2001). Existují i náznaky, že výška korelace mezi SWB a PWB je závislá na věku probandů. Garcia (2006), který u adolescentů zjistil mezi dotazníkem SWLS a 18 položkovým inventářem PWB korelaci 0,65, se domnívá, že s rostoucím věkem se korelace snižují. Bohužel k měření SWB i PWB je užívána celá řada různých metod, což tvoří situaci značně nepřehlednou a omezuje možnosti srovnávání výsledků z různých studií. Závěry některých výzkumů také zpochybňují, zdali metody k měření SWB, jmenovitě například i v této diplomové práci použitá škála SWLS, skutečně měří pouze hedonickou složku well-beingu a poukazují na potřebu větší integrace hedonické a eudaimonické tradice (Díaz, Stavraki, Blanco a Gandarillaz, 2015).

2 Zdroje osobní pohody

Jedna z prvních studií, která se zabývala definováním štěstí, jeho složkami a možnostmi měření, vznikla již v roce 1967. Warner Wilson převážně na základě tehdy dostupné odborné literatury sestavil seznam charakteristik šťastných lidí. Definoval šťastného člověka jako mladého, zdravého, sebevědomého, extravertovaného, optimistického, bezstarostného, vzdělaného, s vysokou pracovní morálkou, dobře placeného, s přiměřenými aspiracemi, nábožensky založeného, v manželském sázku s libovolným pohlavím a různou mírou inteligence (Wilson, 1967, cit.dle Blatný, 2010, s.199).

V následujících desetiletích bylo provedeno veliké množství výzkumů korelátů osobní pohody. Zdroje osobní pohody dnes v zásadě dělíme do čtyř kategorií na demografické a socioekonomické faktory, osobnostní dispozice, diskrepance či shoda mezi očekáváním a skutečností a sociální vztahy (Blatný,2010). V této kapitole bude věnována pozornost především faktorům, které budu studovat v empirické části.

2.1 Demografické a socioekonomické faktory

Výzkumy zdrojů osobní pohody se zprvu orientovaly více na demografické faktory, jelikož zde byl logický předpoklad, že zdraví a bohatí lidé jsou šťastnější než chudí a nemocní. Studie však přinesly zásadní zjištění, že demografické proměnné vysvětlují podle různých výzkumů jen 5-20% rozptylu osobní pohody (Blatný, 2010).

K demografickým a socioekonomickým faktorům řadíme zejména pohlaví, věk, vzdělání, rodinný stav, sociální status, zaměstnání, ekonomický status, podmínky bydlení, zdravotní stav, víru a etnickou či rasovou příslušnost. V následujícím textu, který ani zdaleka nevyčerpává danou problematiku, spíše jen naznačuje její šíři, uvádím výsledky nejvýznamnějších studií týkajících se osobní spokojenosti a těchto faktorů s výjimkou vlivu pohlaví, který bude diskutován zvlášť a podrobněji ve 4. kapitole této práce.

Věk

Dolan, Peasgood a White (2008) ve své studii shrnují, že výzkumy konzistentně nacházejí vztah mezi věkem a SWB, který má tvar U-křivky, s vyšší úrovní well-beingu v mladším a starším věku, a nižší životní spokojeností mezi 32-50 lety.

Longitudinální studie provedená v USA pomocí PWB modelu naopak ukázala mezi 3 věkovými skupinami jen velmi malé rozdíly, nepřesahující 4% variance (Springer, Pudrovska, Hauser, 2010).

Vzdělání

Řada studií objevila pozitivní vztah mezi rostoucím vzděláním a well-being, zatímco jiné našly nejvyšší spokojenost u osob se středním vzděláním. Ukazuje se, že velikost vlivu vzdělání na osobní spokojenost záleží také na ekonomické úrovni země, v chudších zemích korelace spokojenosti a vzdělání je vyšší (Dolan, 2008).

Dolan (2008) upozorňuje, že tyto výsledky mohou být ovlivněny skrytými proměnnými jako je motivace, inteligence, rodinné zázemí. Pokud ve výzkumu například není kontrolován vliv příjmu a zdravotního stavu, které s osobní pohodou silně korelují, vyjde korelace well-being a vzdělání silně pozitivní.

Rodinné vztahy

Kvalita sociálních vazeb velice ovlivňuje osobní spokojenost člověka v životě. Výzkumy se zaměřují zejména na vliv partnerství a manželství, případně na děti z rozvedených rodin. Dolan (2008) shrnuje, že osoby bez vztahu mají nižší SWB než zadaní lidé. Blanchflower a Oswald (2004) zjistili silný pozitivní efekt sexuální aktivity, a to zejména u osob s vysokým vzděláním a u těch, kteří měli v uplynulém roce pouze jednoho sexuálního partnera. Z toho můžeme usuzovat, že je podstatná nejen sexuální aktivita, ale také vážnost a stabilita vztahu. Naopak vliv sexuální orientace se neprokázal.

Být rodičem nemá na well-being zcela jednoznačný efekt, výsledky studií se liší. Podle Dolana (2008) děti nemají signifikantní efekt na štěstí, ale rodiče je považují za podstatnou část své celkové osobní pohody na kognitivní úrovni životní spokojenosti.

Zaměstnání – nezaměstnanost

Výzkumy ohledně osobní spokojenosti a zaměstnání se zaměřují především na vliv nezaměstnanosti, typu zaměstnání, počtu hodin strávených na pracovišti a pocit smysluplnosti, ocenění a celkové spokojenosti plynoucí z práce. Špatné psychosociální prostředí výrazným způsobem přispívá k nižší subjektivní pohodě a zvyšuje riziko psychických i fyzických potíží (Pelcák, 2013).

Úspěch v zaměstnání zvyšuje osobní pohodu a studie naznačují, že kauzalita může fungovat i opačným směrem, neboli že pracovníci s vysokým SWB dosahují ve svém zaměstnání vyšších výsledků (Bryson, Forth, Stokes, 2014).

Naopak nezaměstnanost dle meta-analýzy 104 empirických studií well-being snižuje. McKee-Ryanová, Song, Wambergová a Kinicki (2005) zjistili, že míra vlivu nezaměstnanosti na osobní pohodu je ovlivněna zejména tím, jak dlouho a z jakého důvodu je člověk nezaměstnaný, nakolik je pracovní role pro jedince důležitá (*work-role centrality*), dále pak jaké má copingové zdroje (osobnostní, sociální a finanční), kognitivní přístup a copingové strategie. Naopak jednoznačný efekt míry nezaměstnanosti ani výše dávek v nezaměstnanosti se neprokázal.

Finance

Vliv finančního příjmu na kvalitu života lidí je často sledovaným tématem. Přestože je logické očekávat, že vyšší příjem přinese vyšší kvalitu života, takzvaný Easterlinův paradox, pojmenovaný podle svého objevitele, spočívá v tom, že ačkoli se reálný příjem v západoamerických zemích v průběhu padesáti let téměř zdvojnásobil, na úrovni prožívaného štěstí se tento růst nijak neodrazil (Clark, Frijters, Shields, 2008). Tento jev může vysvětlovat sociální srovnávání, kdy vyšší příjem ve srovnání s lidmi okolo může zvyšovat pocit štěstí, avšak pokud roste příjem v průměru všem lidem, nevnímáme to tak výrazně a dochází k tzv. hedonické adaptaci, neboli přivyknutí si na lepší podmínky a návrat na běžnou úroveň prožívané spokojenosti.

Sacks, Stevensonová a Wolfers (2010) shrnují, že bohatší jedinci jsou spokojenější než chudší obyvatelé ve stejné zemi, a toto pravidlo platí pro většinu zemí na světě. Dále dospěli k závěru, že průměrná spokojenost se životem je vyšší v zemích s vyšším HDP na osobu. Tito autoři však zpochybňují Easterlinův paradox, jelikož

studováním změn spokojenosti v průběhu času dospěli k závěru, že pokud roste ekonomická úroveň v zemi, roste i spokojenost jejích obyvatel. Dokonce dle autorů platí, že čím je ekonomický růst prudší, tím výrazněji spokojenost stoupá.

Velmi zajímavým tématem výzkumů je, nakolik udělá člověka šťastného náhlý zisk významného finančního obnosu. Longitudinální studie Gardnera a Oswalda (2006) na náhodném vzorku 137 osob, které vyhrály v loterii částku střední hodnoty (v přepočtu cca 35tisíc až 4,2 miliony korun českých), zjistila, že tyto osoby mají vyšší úroveň well-being než lidé, kteří v loterii nevyhráli, i 2 roky po výhře. Tento závěr je v rozporu s velmi často citovanou studií Brickmana, Coatese a Janoff-Bulmanové (1975), ve které autoři srovnávali subjektivně pocítované štěstí osob, které po úraze zůstali na vozíku, a výherců v loterii. Tyto dvě skupiny lidí se mezi sebou v míře spokojenosti lišily v neprospěch paraplegiků, avšak loterijní výherci nebyli se svým životem významně spokojenější než běžná populace. Tento výzkum však proběhl na pouze malém vzorku 22 vítězů v loterii, 22 kontrolních osobách a 29 paraplegiků. Je tedy otázkou, zdali by při studii s větším počtem probandů nebyly výsledky jiné.

Zdraví

Okun a kol.(1984) ve své meta-analýze potvrdili pozitivní korelaci zdraví a subjektivní osobní pohody. Korelační koeficient byl vyšší, pokud bylo zdraví hodnoceno subjektivně pacienty než při posouzení lékařem. Diener (1999) z toho usuzuje, že způsob, jakým lidé hodnotí svět, je pro míru štěstí mnohem důležitější než objektivní okolnosti.

Víra a náboženství

Dle Dolana (2008) se studie shodují v tom, že pravidelné zapojování se do náboženských aktivit je pozitivně spojeno se SWB, ačkoli některé se zajímají pouze o to, zdali osoba navštěvuje kostel, zatímco jiné zjišťují, kolik času tím osoba stráví. Věřící lidé se ukazují obecně být šťastnější než osoby nevěřící a volba konkrétního náboženství (křesťanství, židovství, buddhismus, hinduismus atd.) v tom hraje jen malou roli.

2.1.1 Osobnost

Malý vliv demografických a socioekonomických faktorů na subjektivní well-being obrátil zájem výzkumníků na osobnostní rysy, neboli široké dispozice pro chování a prožívání určitým způsobem. Zájem o osobnostní proměnné byl založen na faktu dlouhodobé stability životní spokojenosti a na předpokladu, že vrozená emocionalita ovlivňuje jak prožitky spokojenosti, tak hodnocení vlastního života (Blatný a kol., 2015).

Pojem osobnost je velice široký a různí autoři jej definují odlišně, v závislosti na konkrétních teoretických východiscích. Podle Psychologického slovníku (Hartl, 2015) je nejčastěji definována jako celek duševního života a všichni autoři se shodují v tom, že nejvlastnějším znakem osobnosti je její jedinečnost, výlučnost, odlišnost od všech jiných osobností. Vágnerová (2010,s.13) uvádí, že *„Osobnost lze poněkud zjednodušeně definovat jako komplexní a relativně stabilní systém, který funguje jako celek, skládá se ze vzájemně propojených somatických a psychických vlastností a projevuje se v reakcích na různé podněty a situace, resp.v interakci s nimi.“* Podle Nakonečného (2009, s.14) se pojmem osobnost v psychologii popisuje a vysvětluje *„především interindividuální variabilita a intraindividuální jednotnost (integrita) duševního dění“*. Je v tomto pojetí chápána jako hypotetický konstrukt, který vyjadřuje existující fenomén, přímo nepozorovatelný, avšak logicky odvozený z pozorovaného.

Tak, jak můžeme nalézt bezpočet různých definic osobnosti, existuje také mnoho přístupů, jak osobnost charakterizovat z pohledu temperamentu, rysů, schopností, motivace, životního vývoje a jiné. V této práci se cíleně zaměřím na 3 následující oblasti – osobnostní rysy, volby copingových strategií a hodnotovou orientaci.

2.1.2 Osobnostní rysy

Podle Hartlova (2015, s.517) slovníku je rys (trait, feature) *„dispozice; relativně stálá vlastnost člověka projevující se v jeho chování a jednání; může být (laskavost) ale nemusí (rozhodnost) být součástí jeho charakteru“*. Hartl dále uvádí možné dělení rysů na anatomické nebo genetické, vrozené či získané, konstituční nebo charakterové a dominantní nebo kompenzační.

Dle Smékala (2012, s.50) „v užším smyslu rysy definují jako tendence reagovat v určitých situacích určitým ustáleným způsobem“.

Pojem osobnostní rysy (personality traits) bývá často synonymum pro dispozice nebo ekvivalent k pojmům psychická vlastnost nebo psychická charakteristika osobnosti (Hřebíčková, 2010).

Nakonečný (2009, s.137) uvádí obecně uznávané pojetí dvou druhů rysů osobnosti:

- „Rysy vyjadřující relativně konzistentní způsoby pozorovatelného chování.
- Rysy vyjadřující relativně konzistentní dispozice k určitým způsobům chování.“

Zastánci rysového přístupu vyvinuli celou řadu modelů s různým počtem faktorů, z nichž pravděpodobně nejznámější a v současné době nejužívanější je pětifaktorový model NEO. Jeho zkratka vychází z prvních tří faktorů, na kterých jeho autoři, Costa a McCrae, začali svůj model budovat. Neuroticismus, extraverci a otevřenost následně doplnili o faktor přívětivosti a neuroticismu. Na základě tohoto modelu pak sestavili NEO osobnostní inventáře, sloužící k měření těchto faktorů (Hřebíčková, 2011). V tabulce č. 2 uvádím přehled charakteristik obsažených v pětifaktorovém modelu osobnosti, které jsem uspořádala podle robustnosti tak, jak je seřadil Norman (1963, in Hřebíčková, 2011).

Tabulka 2

Přehled charakteristik obsažených v pětifaktorovém modelu osobnosti (Hřebíčková, 2011, s.11)

Jedinci skórující vysoko	Charakteristika pětifaktorového modelu	Jedinci skórující nízko
Společenský	E	Uzavřený
Aktivní	<i>Extraversion</i>	Málomluvný
Povídatavý	<i>Extraverze</i>	Plachý
Družný	Zajišťuje kvantitu interpersonálních interakcí, úroveň aktivace a stimulace.	Nesmělý
Průbojný		Samotářský
Smělý		Tichý

Dobrosrdečný Laskavý Snášenlivý Srdečný Skromný Smířlivý	A <i>Agreeableness</i> <i>Přívětivost</i> Zajišťuje kvalitu interpersonální orientace v kontinuu od soucítění po nepřátelskost v myšlenkách, pocitech i činech.	Panovačný Útočný Pomstychtivý Bezcitný Despotický Konfliktní
Spolehlivý Pracovitý Přesný Pořádkumilovný Zodpovědný Pečlivý	C Conscientiousness Svědomitost Zajišťuje míru motivace a vytrvalosti na cíl zaměřeného chování. Odlišuje spolehlivé na sebe náročné lidi od těch, kteří jsou lhostejní a nedbalí.	Bezcílný Nedbalý Líný Nesvědomitý Chaotický Nevytrvalý
Napjatý Neklidný Labilní Nejistý Vznětlivý Popudlivý	N <i>Neuroticism/</i> <i>Neuroticismus</i> Emocionální (ne)stabilita Odlišuje jedince náchylné k psychickému vyčerpání a obtížně zvládajícího psychickou zátěž od jedinců vyrovnaných a odolných vůči psychickému vyčerpání.	Klidný Uvolněný Vyrovaný Stabilní Sebejistý Nezdočný
Zvědavý Originální Tvořivý Obrazotvorný Inteligentní Kultivovaný	O <i>Openness to Experience/</i> <i>Otevřenost zkušenosti</i> Intelekt Kultura Zajišťuje aktivní vyhledávání nových zkušeností, prožitků, toleranci neznámého.	Konvenční Pragmatický Realistický Nepřizpůsobivý Neinteligentní Nevzdělaný

V literatuře lze nalézt několik různých modelů, jaký vztah se nachází mezi osobní pohodou v pojetí SWB a osobnostními proměnnými. V následujícím textu popíšeme top-down a bottom-up teorie, model dynamického equilibria, teorii hedonické adaptace a dělení rysů podle vlivu na osobní pohodu podle Costy a McCrae.

V roce 1984 napsal Ed Diener velice významný a od té doby mnohokrát citovaný článek, ve kterém shrnul dosavadní poznatky o subjektivním well-beingu. Upozornil v něm mimo jiné na dichotomii top-down a bottom up přístupů. Podle Dienera již někteří filosofové často umisťovali „locus of happiness“ do postojů, což naznačuje přístup top-down, neboli shora-dolů. Tento přístup předpokládá, že šťastní lidé mají obecný sklon vnímat události v pozitivním smyslu a tento sklon ovlivňuje, jaké interakce má jedinec se světem. Globální rysy osobnosti jsou dle zastánců tohoto přístupu příčinou toho, jakým způsobem jedinec reaguje na události a jak je interpretuje. Ovšem i přístup bottom-up, tedy zdola-nahoru, má dlouhou historii. Jiní filosofové se naopak domnívali, že štěstí je pouze mnoha malých potěšení. Podle tohoto pohledu, pokud člověk soudí, zdali je jeho život šťastný, provádí mentální kalkulaci, při které prožívané radosti a strasti sčítá. Osoba si může vytvořit optimistickou dispozici a sangvinický náhled na svět díky akumulaci pozitivních zážitků. Diener ani jeden z přístupů nezavrhuje, oba podle něj jsou částečně pravdivé, avšak upozorňuje, že je otázkou, jak spolu interní faktory z top-down přístupu a molekulární události z bottom-up přístupu interagují. Je podle něj nutné studovat proces, ve kterém osoba nabývá sangvinického temperamentu a jak odolný je tento temperament vůči změně, čímž naznačuje uplatnění těchto teorií v klinické oblasti.

Z novějších příspěvků na toto téma lze zmínit například článek od Sota (2015), který se věnuje tomu, jak se well-being a osobnost ovlivňují. Podle autora se konzistentní vzor chování a prožívání může začlenit do jedinceva sebepojetí a dalších psychologických systémů, čímž vede k trvalému ovlivnění některých rysů osobnosti. Například tedy pokud člověk vede život, ve kterém konzistentně zažívá vysokou míru životní spokojenosti a pozitivních pocitů, bude díky svému dobrému naladění společenský, velkorysý a otevřený novinkám. Po čase tak podle Sota dojde k trvalému zvýšení extraverté, přívětivosti a otevřenosti ke zkušenostem. Domnívá se tedy, že osobnostní rysy a aspekty well-beingu se v průběhu času recipročně ovlivňují.

Model dynamického equilibria kombinuje osobnost s adaptací. Headey a Wearing (1992) se domnívají, že lidé si udržují úroveň příjemných a nepříjemných afektů, která je determinována jejich osobností. Pozitivní nebo negativní zážitky je pouze dočasně z této úrovně vychýlí, avšak v průběhu času se k ní opět navrátí.

Obdobný koncept, zdůrazňující důležitost uvyknutí si, je hédonická adaptace (hedonic treadmill) autorů Brickmana a Cambella (1971, in Diener a kol., 2006). Diener a spoluautoři (2006, s.305) však kritizují bezvýhradné přijímání této teorie, podle které „*nejchudší nemocný žebrák bez rodiny a přátel je stejně šťastný jako bilionář s přemírou blízkých a podporujících vztahů*“ a „*jedinci žijící v diktatuře, kde zločin, otroctví a nerovnost jsou na denním pořádku, jsou se svými životy spokojeni stejně jako lidé žijící ve stabilní demokracii s minimální kriminalitou*“. Největší rozpor spatřují v tom, že dle jejich výzkumů se set point, neboli dlouhodobé nastavení úrovně well-beingu, může za určitých podmínek změnit a jedinci se v míře adaptace na vnější podmínky individuálně liší.

Costa a McCrae (1991) na základě předchozích výzkumů vlastních i jiných autorů dospěli k závěru, že štěstí a dlouhodobé emoční reakce, které tvoří jeho základ, jsou nejlépe vysvětlitelné jako odraz trvalých dispozic. Pracovali s osobnostním dotazníkem NEO-PI a v návaznosti na zmíněnou premisu rozlišili temperamentový, zkušenostní (*experiential*) a instrumentální vliv osobnostních dispozic na well-being. Rysy temperamentové, kam patří neuroticismus a extraverte, ovlivňují well-being přímo, například extroverti jsou jednoduše veselejší než introverti a naopak lidé s vysokým neuroticismem jsou náchylnější k negativním afektům. Další kategorii rysů tvoří rysy instrumentální, kam řadí svědomitost a přívětivost, které nemají přímý vliv na well-being, ale přispívají k tomu, že jedinec díky nim může získat to, co mu život zkvalitní. Za zkušenostní rys považuje otevřenost, která sama o sobě nevede jednoznačně k vyššímu či nižšímu well-beingu, ale je jako oboustranný meč, jelikož otevření lidé zažívají dobré i špatné pocity intenzivněji (Costa, McCrae, 1984 in McCrae, Costa, 1991).

DeNeveová a Cooper (1998) provedli meta-analýzu 148 kvantitativních studií zjišťujících vztah mezi osobností a SWB, provedených v letech 1966-1995 na celkově více jak 42 tisících anglicky mluvících dospělých respondentů. Mapovali korelace osobní pohody s celkem 137 osobnostními rysy, které ovšem nelze považovat za nezávislé konstrukty osobnosti. Proto tyto rysy seskupili do pěti velikých homogenních skupin reprezentujících dimenze osobnosti dle modelu Big Five. Zjistili, že nejsilnějším prediktorem osobní pohody, pocitů štěstí i negativních stavů je neuroticismus, zatímco vysoká extraverte a přívětivost vedou k pozitivním citovým stavům. Oproti těmto

faktorům stojí otevřenost vůči zkušenostem, která se subjektivním well-beingem korelovala nejnižše.

Z novějších prací se této oblasti věnovala například španělská studie z roku 2004, která potvrdila, že osobnost je jedním z nejdůležitějších korelátů SWB. Neuroticismus, extraverze a svědomitost korelovaly s pozitivními i negativními afekty, otevřenost zkušenostem korelovala pouze s pozitivními afekty a rovnováhou afektů (*affect balance*) a přívětivost pouze s pozitivními afekty. Oproti výsledkům DeNeveové a Coopera pozorovali vyšší asociaci rovnováhy afektů s neuroticismem ve srovnání s extraverzí. Autoři zdůrazňují nutnost kontrolovat efekt demografických proměnných pro izolování vlivu osobnosti na subjektivní well-being stejně tak jako kontrolu osobnosti při analýze role demografických proměnných ve vztahu k subjektivnímu well-beingu (González Gutiérres, Jiménez, Hernández, Puente, 2004).

McMahan a kol.(2013) pojmají hedonický (na potěšení zaměřený) a eudaimonický (na ctnost a smysluplnost zaměřený) koncept jako dvě dimenze well-beingu. Upozorňují proto na limity předchozích studií, které často operacionalizují a definují well-being pouze jako SWB. V jejich studii dokonce vyšly korelace dimenzí PWB s faktory BigFive četnější a robustnější, až na kombinaci autonomie a přívětivosti byly všechny korelace statisticky signifikantní na hladině $p < 0,01$. Nejvyšší negativní korelace vyšla mezi neuroticismem a zvládáním životního prostředí (-0,60) a dále osobnostním růstem (-0,22) a autonomií (-0,2). Naopak nejvyšší pozitivní korelace byly nalezeny mezi extraverzí a environmentálním zvládáním (0,41) a sebeakceptací (0,41), dále mezi environmentálním zvládáním a svědomitostí (0,42), osobnostním růstem a otevřeností (0,40). Subjektivní well-being, zastoupený dotazníkem SWLS, nejvýznamněji koreloval pozitivně s extraverzí (0,40) a negativně s neuroticismem (0,38).

2.1.3 Copingové strategie

Úroveň well-beingu je do značné míry ovlivněna tím, jakým způsobem je jedinec schopen zvládat zátěžové situace. Dle Vágnerové (2010) se za běžných okolností člověk projevuje stabilním, pro něj charakteristickým způsobem. Pokud se však dostane do nové, nezvyklé nebo náročnější situace, může to navodit stav stresu,

tedy komplexní psychofyziologickou reakci, pro kterou je typický pocit nadměrného zatížení či ohrožení duševní a tělesné pohody. Osoba zpravidla zažívá pocity přílišného zahlcení událostmi, které vnímá jako těžko zvládnutelné, následkem čehož prožívá emoční i kognitivní nejistotu.

Zdali je pro jedince situace stresující, záleží na jeho odolnosti či citlivosti vůči zátěži, kterou můžeme rozdělit na obecnou a specifickou, danou subjektivním významem situace. Pokud jedinec vnímá stresující událost alespoň částečně jako výzvu, věří, že situaci zvládne a dochází k jeho aktivizaci, jedná se o pozitivní stres, neboli eustres. V případě, že naopak dochází k negativním emocím, pocitu ohrožení, smutku, strachu či vzteku, označujeme toto jako distres. Kebza (1997) však upozorňuje, že i emočně pozitivní stres často klade na organismus veliké nároky, kdy v následku radostné události může dojít i k náhlému úmrtí.

Vágnerová (2010) rozlišuje kognitivní, emoční a motivační aspekty subjektivního prožitku stresu. Z hlediska hodnocení stresu je důležitý osobní sklon hodnotit minulost, přítomnost i budoucnost pozitivně, optimisticky, nebo negativně, tedy pesimisticky.

Aktivita sloužící ke zvládání stresujících situací nazýváme copingem. Lazarus a Folkman (Lazarus a Folkman, 1984 in Lazarus, 1999, s.110) definují coping „*jako konstantně se měnící kognitivní a behaviorální snažení zvládat specifické vnější a/nebo vnitřní požadavky, které jsou hodnoceny jako namáhavé nebo přesahující zdroje osoby*“.

Podle Mareše (2001) nejde jen o reakci na vysokou až nadlimitní zátěž, jak se dříve předpokládalo. V posledních desetiletích se spektrum zátěžových situací rozšiřuje také o běžné drobné každodenní nepříjemné události, jejichž dlouhodobý účinek se ale může kumulovat.

Vágnerová (2010) shrnuje práce Folkmana, Lazaruse a dalších autorů a uvádí základní rozlišení copingových strategií. Volbu zpravidla ovlivňuje subjektivní pocit kontroly nad situací. Většinu strategií nelze černobíle posuzovat jako dobré či špatné, jejich efektivita závisí na okolnostech.

- Coping zaměřený na řešení problému vychází z předpokladu jedince, že je schopen problém zvládnout a chápe zátěž jako výzvu. Tyto strategie jsou zpravidla

schopné využívat aktivní a emočně stabilní osoby s dostatečnou sebedůvěrou a fungujícím zázemím. Přináší úspěch v situacích, které jsou ovlivnitelné, ale naopak mohou zvýšit míru úzkosti, pokud řešení neexistuje.

- Coping zaměřený na emoce slouží k udržení nebo zlepšení emočního ladění, subjektivní pohody a psychické rovnováhy. Pod vlivem svých emocí a přesvědčení, že není možné problém uspokojivě vyřešit, může člověk problém popírat, bagatelizovat, unikat do fantazie či příliš spoléhat na pomoc jiných osob. Lidé s pasivním přístupem bývají častěji pesimisticky ladění a mívají tendenci ulpívat na minulosti a považovat se za oběti osudu.

Endler a Parker (1990) obohatili tento model o třetí skupinu strategií, kterou nazvali coping zaměřený na vyhýbání (*avoidance-oriented coping*). Tyto strategie spočívají ve vyhýbání se stresu skrze odvrácení pozornosti nebo rozptýlení.

Carver, Scheier a Weintraub (1989) však upozornili, že ačkoli je dělení na coping zaměřený na řešení a na emoce důležité, výzkumy ukazují na existenci více faktorů copingu. Přišli proto s propracovaným modelem s 15 dimenzemi a s inventářem COPE, obsahujícím 60 položek. Jejich model copingových strategií obsahoval aktivní coping, plánování, potlačení jiných aktivit, odložení řešení na vhodnou dobu, hledání instrumentální sociální opory, hledání citové sociální opory, pozitivní reinterpretaci, akceptování, obrácení se k bohu, projevení emocí, popření, behaviorální vzdání se, mentální vzdání se, humor a obrácení se k alkoholu, lékům či drogám. Tento protokol pro rychlejší administraci následně přepracovali na 14 dimenzí se 28 otázkami a nazvali Brief COPE.

Těmito dimenzemi jsou:

- Aktivní coping (*Active Coping*) – se vyznačuje podnikáním aktivních kroků k odstranění nebo obejití stresoru nebo zmírnění jeho účinku. Obsahuje iniciaci přímé aktivity, zvýšení vynaloženého úsilí a snahu postupně problém vyřešit.
- Plánování (*Planning*) – přemýšlení o tom, jak se vyrovnat se stresem, zahrnuje vyvinutí strategie postupu, zvažování dalších kroků a způsobu, jak nejlépe problém

zvládnout. Tato aktivita je jednoznačně zaměřená na problém, avšak koncepčně se liší od vykonávání aktivity zaměřené na problém.

- Pozitivní přerámování (*Positive Reframing*) – je na emoce zaměřený coping, jedná se spíše o zvládání úzkostných emocí než řešení stresoru jako takového. Avšak tato změna výkladu stresující situace může skutečně vést osobu k aktivnímu, na problém zaměřenému jednání.
- Humor (*Humor*)
- Náboženství (*Religion*) – může sloužit jako zdroj emocionální podpory, jako prostředek k přehodnocení a růstu nebo jako taktika aktivního zvládání stresoru.
- Užívání emoční podpory (*Using Emotional Support*) – jedná se o aspekt emočně zaměřeného copingu, při kterém jedinec získává morální podporu, sympatie nebo porozumění. Carver a kol (1989) označují užívání emoční podpory za dvojitý meč, který může pomoci tím, že může osobu podpořit v návratu k na problém zaměřenému copingu, avšak také může sloužit jen k ventilaci emocí bez dalšího pozitivního efektu.
- Užívání instrumentální podpory (*Using Instrumental Support*) – je na problém zaměřený coping, při kterém osoba hledá pomoc, radu nebo informace. Carver a kol. (1989) řadí užívání emoční a instrumentální opory mezi sociálně podpůrné funkce, mezi kterými je třeba rozlišovat, ale často se vyskytují společně.
- Seberozptýlení (*Self-Distraktion*) – zahrnuje vykonávání alternativních aktivit, které slouží k psychickému odpoutání od problému, denní snění, únik do spánku, sledování televize a řadu dalších možných aktivit tohoto typu.
- Popření (*Denial*) – může být vnímáno jako užitečné pro zvládnutí situace i naopak vedoucí ke zhoršení, názory se liší.
- Akceptace (*Acceptance*) – je protikladem k popření.
- Projevení emocí (*Venting*) – uvolnění a ventilování emocí.
- Užití alkoholu nebo jiných drog (*Substance Use*)

- Behaviorální vzdání se (*Behavioral Disengagement*) – snížení snahy vypořádat se se stresorem či vzdání se dosáhnout cíle, který koliduje se stresorem. Projevuje se bezmocí a dostavuje se nejčastěji tehdy, pokud lidé očekávají neúspěch.
- Sebeobviňování (*Self-Blame*)

(Carver a kol., 1989, Carver, 1997)

Další možnou strategií zvládání zátěže je strategie záměrného sebeznevýhodňování, kterou jedinec ještě před vstupem do zátěžové situace sníží očekávání okolí. Ochrání se tak před rizikem negativního hodnocení svých osobních kvalit jinými lidmi i sám sebou v případě, že selže (Mareš, 2001).

Podle Mareše (2001) je pojem zvládání zátěže obsahově neutrální a zahrnuje případy, kdy se člověk úspěšně vyrovnal se zátěží, tak situace, kdy jedinec zvolil málo úspěšnou, neúspěšnou či pro okolí podivnou strategii.

Na volbu copingové strategie má obvykle větší vliv osobnost konkrétního jedince než situační aspekty. Osobnostní rysy vedou k preferování určitých kognitivních strategií a charakteristických způsobů reagování na zátěž. „*Osobnostní faktory ovlivňují celý proces uvědomování a zvládání stresu, závisí na nich již to, zda vůbec k navození pocitů stresu dojde*“ (Vágnerová, 2010, s.359). Mohou působit jako ochrana před stresem nebo naopak rizikové faktory. Největší vliv byl dle Vágnerové (2010) pozorován u neuroticismu, extraverte a svědomitosti. Naopak Blatný, Kohoutek a Janušová (2002) potvrzují na základě své studie vliv pouze neuroticismu.

Efekt copingových strategií na well-being bývá často sledován u osob v náročných životních situacích. U pacientů s revmatoidní artritidou je nejčastěji používanou copingovou strategií distancování se od problému. Nejefektivnějšími copingovými strategiemi se u těchto pacientů ukázalo být kognitivní přerámování a aktivní řešení problému, naopak vyjadřování emocí je spojeno s pocity bezmocí (Englbrecht, Gossec, Delongis a kol., 2012).

Podle Gumstems-Carnicera a Calderónové (2012) hrají copingové strategie klíčovou roli v psychologickém well-beingu studentů a učitelů. Proaktivní přístup zaměřený na řešení problémů má pozitivní efekt na celkovou úroveň distresu, naopak vyhyčivé copingové strategie, zejména kognitivní vyhýbání jako je například vyhýbání

se přemýšlení o stresoru, vyhledávání rozptýlení a rezignace jsou spojeny s větším distresem, somatizací, depresí a dalšími negativními psychologickými symptomy. Nepříznivý efekt má též behaviorální vyhýbání se problému, kam patří například konzumace alkoholu a drog. Autoři proto doporučují zavést na školách a univerzitách kurzy zvládání stresu a well-beingových strategií.

2.1.4 Hodnoty

Hodnota dle Hartla (2015, s.192) je „*vlastnost, kterou jedinec přisuzuje určitému objektu, situaci, události nebo činnosti ve spojitosti s uspokojováním jeho potřeb*“. Hodnoty se tvoří a postupně diferencují v procesu socializace a odrážejí kulturu společnosti. Můžeme je dělit na pozitivní, neboli žádoucí, a negativní, které jsou osobou nechtěné, a absolutní či relativní. Dále je lze třídit na přímé, sloužící k bezprostřednímu přímému uspokojení potřeby, například jídlo, a nepřímé, které slouží k dosažení přímých potřeb, například peníze. Vágnerová (2010) uvádí dělení podle obsahu na materiální a nemateriální, osobní, sociální či nadosobní duchovní a morální hodnoty a ideály. Současně upozorňuje, že tato dělení jsou jen orientační, jelikož často dochází k přesahu z jedné oblasti do druhé.

Vymezení pojmu hodnota se v klasické psychologické literatuře do značné míry překrývá s potřebami a motivy a také částečně s postojem, cílem, zájmem či ctností (Seitl, 2012).

Pro dosažení hodnot je jedinec motivován a ochoten vynaložit značné úsilí. V průběhu života se vlivem různých faktorů, zejména vlivem osobnosti dotyčného jedince a jeho nejbližšího okolí, vytváří a proměňuje individuální hodnotová hierarchie. Vzniká tak ucelený komplexní systém žádoucích hodnot i nechtěných či neoceňovaných antihodnot. Hodnoty jsou také kritérii, jejichž prostřednictvím lidé posuzují okolní svět i sebe sama a své chování (Vágnerová, 2010).

Psychologické teorie hodnot pramení a navazují na filozofická a teologická učení o hodnotách, morálním citění, mravnosti a dalších determinantách lidského jednání. Cakirpaloglu (2004), který ve své monografii mapoval historii filosofického, teologického i psychologického zájmu o hodnoty, se však navzdory celé řadě vzniklých

teorií, systematizací a klasifikací domnívá, že současná psychologie stále postrádá všeobecně platnou teorii o hodnotách.

Schusterová (2008) shrnuje, že řada významných autorů, jako je Rokeach, Schwartz, Bilsky, Halman, Feather a jiní, se shodují na vymezení hodnot jako hluboko zakořeněných abstraktních motivů, které řídí, ovlivňují a vysvětlují postoje, názory, normy a konání lidí. Mnozí z těchto autorů nazírají na hodnoty jako na kognitivní struktury, které jsou dle některých i propojené s emocemi.

Mezi odborníky, kteří v posledních desetiletích nejvýznamněji přispěli k poznatkům a teoriím hodnotových systémů v psychologii, řadíme zejména V. E. Frankla, A.H.Maslowa, Milтона Rokeacha a Shaloma H.Schwarze. V této diplomové práci se budu věnovat pouze posledně jmenovanému, který je autorem v současnosti pravděpodobně nejvíce užívané metody měření hodnotových orientací.

Shalom H.Schwartz spolu s W.Bilským navázali bezprostředně na dílo M.Rokeache (Seitl, 2012), avšak systém hodnot zcela přepracovali a i v průběhu dalších let vyvíjeli. V následujícím textu uvádím pouze nejnovější podobu Schwartzovy teorie hodnot.

Podle Schwartze (2012) se hodnoty používají k charakterizování kulturních skupin, společností a jedinců, ke sledování změny v průběhu času a k vysvětlení motivačních základů postojů a chování.

Teorie identifikuje deset základních hodnot, které uznávají lidé ve všech kulturách. Povaha hodnot a jejich struktura je univerzální, osoby a skupiny se však liší v tom, jakou kterým hodnotám přisuzují důležitost. Některé hodnoty jsou v opozici s jinými, například shovívavost a moc, zatím co jiné, kupříkladu konformita a bezpečnost, jsou kompatibilní.

Schwartz předpokládá, že všechny hodnoty se vyznačují šesti následujícími vlastnostmi:

- 1) Hodnoty jsou přesvědčení neoddělitelně spojená s afekty.
- 2) Hodnoty odkazují na žádoucí cíle, které motivují k aktivitě.
- 3) Hodnoty přesahují specifické jednání a situace.

- 4) Hodnoty slouží jako standardy nebo kritéria hodnocení lidí, událostí či dobra a zla. Jejich vliv na každodenní rozhodování je ale zřídka kdy vědomý. Hodnoty se dostávají do vědomí, když se jednání nebo rozhodování dostává s nimi do konfliktu.
- 5) Hodnoty jsou uspořádány dle důležitosti, tento systém priorit charakterizuje člověka jako jedince.
- 6) Postoje a chování jsou vedeny více hodnotami současně.

Hodnoty se od sebe odlišují typem cíle nebo motivace, která je vyjadřuje. V tabulce č.3 je uvedeno deset základních hodnot tak, jak je pomocí motivačních cílů definoval Schwartz.

Tabulka 3

Hodnoty a jejich definice dle Schwartzovo teorie základních hodnot (Schwartz, 2012)

Hodnota	Definovaný cíl
Sebeřízení <i>Self - direction</i>	Nezávislé myšlení a jednání – vybírání, vytváření, objevování. Vychází z potřeby organismu kontrolovat a ovládat a být autonomní a nezávislý. Důležité: tvořivost, svoboda, výběr vlastních cílů, zvědavost, nezávislost, sebeúcta, inteligence, ochrana soukromí.
Stimulace <i>Stimulation</i>	Vzrušení, novost a výzva v životě. Pramení z potřeby různorodosti a stimulace pro zachování optimální, pozitivní, nikoli ohrožující úrovně aktivace. Důležité: pestrý a vzrušující život, odvaha.
Hédonismus <i>Hedonism</i>	Potěšení a smyslový prožitek. Důležité: potěšení, užívání si života, požitkářství.
Úspěch <i>Achievement</i>	Osobní úspěch skrze předvedení schopností podle sociálních standardů. Důležité: ctízámostivost, úspěch, schopnosti, vlivnost, inteligence, sebeúcta, sociál uznání.
Moc <i>Power</i>	Sociální status a prestiž, kontrola a nadvláda nad ostatními lidmi a zdroji. Důležité: autorita, bohatství, sociální moc, zachování obrazu

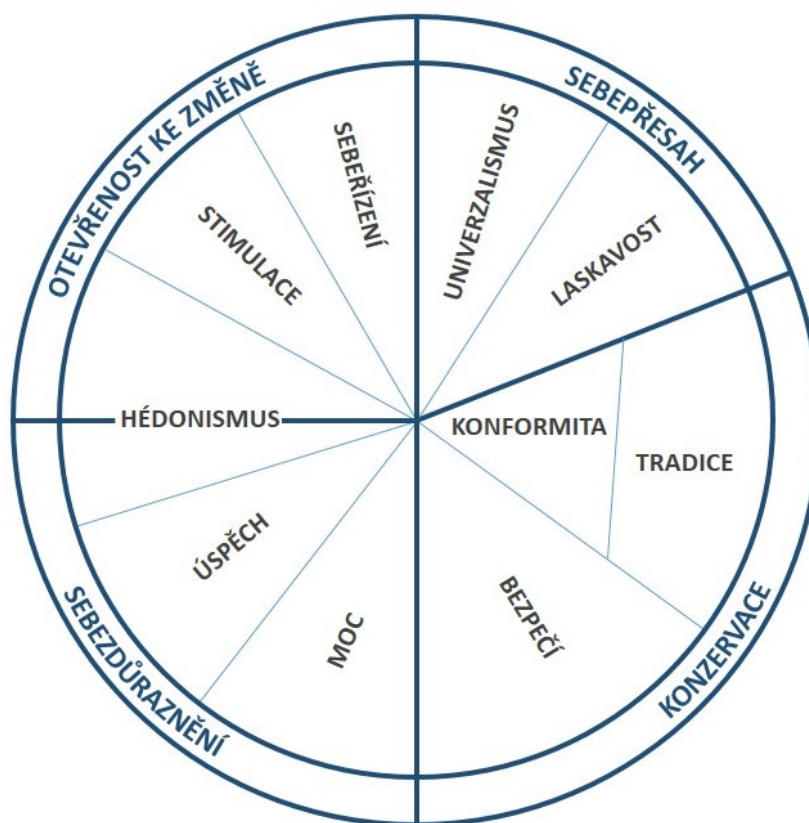
	v očích veřejnosti, sociální uznání.
Bezpečí <i>Security</i>	Bezpečí, soulad a stabilita ve společnosti, ve vztazích a v sobě samém. Důležité: společenský pořádek, rodinné bezpečí, národní bezpečí, čistota, opětování laskavostí, zdravý a umírněný pocit sounáležitosti.
Konformita <i>Conformity</i>	Omezení aktivit, sklonů či impulzů, které by mohly narušit nebo poškodit ostatní a narušit tak hladkou interakci a skupinové fungování. Hodnota konformity zdůrazňuje zdrženlivost v každodenních interakcích. Důležité: poslušnost, sebeovládání, úcta k rodičům a starším, loajalita, odpovědnost.
Tradice <i>Tradition</i>	Respektování, zavázání se a akceptování zvyků a myšlenek dané kultury či náboženství. Důležité: respekt k tradici, pokora, oddanost, mírný a duchovní život.
Laskavost <i>Benevolence</i>	Zachování a zlepšení podmínek těch osob, se kterými je člověk v častém kontaktu. Zdůrazňuje dobrovolnou starost o blaho druhých. Důležité: nápomocnost, čestnost, odpuštění, zodpovědnost, zodpovědnost, loajalita, pravé přátelství, zralá láska, pocit sounáležitosti, smyslu v životě a spirituálního života.
Univerzalismus <i>Universalism</i>	Pochopení, uznání, tolerance a ochrana všech lidí a přírody. Lidé si nejsou vědomi těchto potřeb, dokud se nesetkají s nedostatkem přírodních zdrojů. Důležité: velkorysost, sociální spravedlnost, světový mír, svět krásy a jednoty s přírodou, moudrost, ochrana životního prostředí, vnitřní harmonie, spirituální život.

Schwartz vytvořil model struktury kruhového uspořádání hodnot (schéma 2), ve kterém jsou jednotlivé hodnoty uspořádány dle dynamických vztahů, které vůči sobě zaujímají. Toto kruhové uspořádání tvoří motivační kontinuum. Hodnoty ležící

v sousedství spolu souvisejí, hodnoty na opačných stranách kruhu jsou naopak protichůdné. Čím blíže sobě hodnoty leží, tím podobnější jsou jejich základní motivace. Tradice a konformita se nacházejí v jedné výseči, jelikož mají stejné motivační cíle. Tradice je na vnější straně kruhu, jelikož jsou ve větším konfliktu s hodnotami na opačné straně kruhu.

Schéma 2

Teoretický model vztahů mezi deseti motivačními typy hodnot (Schwartz, 2012, s.9)



Jak můžeme vidět na schématu 2, Schwartz hodnotám nadřadil čtyři hodnotové typy vyššího řádu. Jsou jimi otevřenost ke změně (Openness to change), sebepřesah (Self-transcendence), sebezduřaznění (Self-enhancement) a konzervace (Conservation). I tyto hodnotové typy, pokud jsou v protilehlých polohách, jsou si v opozici. Otevřenost změně, která klade důraz na nezávislost myšlení, jednání a pocitů a na připravenost ke změně, je v konfliktu s konzervací, který je založený na pořádku, sebeomezení,

zachování minulosti a odporu ke změně. Stejně tak sebezduřaznění, které směřuje k dosažení vlastních zájmů, úspěchu a dominance nad druhými, je v konfliktu se sebezpřesahem, který značí zájem o blaho a potřeby druhých (Schwartz, 2006).

Nutno zmínit, že Schwartz na této kruhové teorii pracoval dlouhé roky a postupně ji vyvíjel a propracovával. Novější verze obsahují celkem 19 základních hodnot a 2 další kruhy s nadřazenými hodnotovými typy oproti předchozímu modelu (Schwartz Cieciuch, Vecchione a kol., 2012). V empirické části však pracuji s daty pocházejícími z metody, která vychází ze staršího pojetí, a proto zde tento nejnovější model blíže neprezentuji.

Pro měření 10 hodnotových priorit Schwartz vyvinul postupně 2 metody. První je dnes známa jako The Schwartz Value Survey (SVS) a obsahuje celkem 57 položek (Schwartz, 1992). Pro osoby, které mají nižší stupeň abstraktního myšlení, například mladší jedince, lidi méně vzdělané na západním typu škol, vytvořil Schwartz následně metodu The Portrait Values Questionnaire (PVQ) s 29 nebo nověji se 40 položkami a vyšší reliabilitou (Schwartz, Melech, Lehmann, Burgess, Harris a Ovens, 2001).

Vztah mezi hodnotami a well-beingem byl zatím zkoumán mnohem méně často než například vztah mezi osobnostními rysy a well-beingem. Podle studie Sagiva a Schwartze (2000) hodnoty úspěch, stimulace a sebeřízení korelují pozitivně a tradice, konformita a bezpečí koreluje negativně s afektivní komponentou subjektivního well-beingu. Tyto závěry odpovídají Schwartzovu tvrzení, že hodnoty, které jsou v kruhovém modelu umístěné na protilehlých pozicích, jsou si v opozici. Naopak žádná hodnota nekorelovala s kognitivním indexem subjektivního well-beingu.

Cohen a Shamai (2009) při použití 40 položkového PWB dotazníku potvrdili závěry předchozího výzkumu. Také našli pozitivní vztah mezi well-beingem a úspěchem a sebeřízením, a navíc ještě mezi PWB a laskavostí. Negativní korelace se ukázala mezi PWB, tradicí a silou. Tato studie však mohla být významně ovlivněna výzkumným vzorkem, který se skládal pouze z izraelských policistů.

Důležité však není jen to, jaké jednotlivé hodnoty jedinec uznává, ale jak upozorňuje Hnilica (2000), tak také zdali nedochází ke konfliktu mezi hodnotami. Pokud jedinec klade na první 2 místa v žebříčku hodnoty na opačných stranách Schwartzova kruhu, může se potýkat s frustracemi a protikladnými implikacemi.

3 Gender

Rozdíly mezi muži a ženami jsou pro laickou populaci velice zajímavé téma. Pravidelně můžeme vídat na obálkách časopisů nadpisy článků, které nám slibují, že se uvnitř dozvíme zásadní informace o tom, co je pro naše či opačné pohlaví v tom či onom směru typické. Důvod toho je prostý, vydavatelé jsou si vědomi, že tento příslib zajistí na novinových stáncích vysoký odbyt. Otázka pohlaví začne být pro jedince zajímavá už v raném dětství, kdy si mezi 2. a 4. rokem začne dítě uvědomovat biologické rozdíly mezi pohlavími a formovat svoji genderovou identitu (Thorová, 2015) a zachovává svoji důležitost po celý zbytek života.

Z vědeckého hlediska je však téma pohlaví a genderu obsáhlejší a komplikovanější, než by se na první pohled mohlo zdát. Nejprve je potřeba říci, že mezi těmito pojmy rozhodně není rovnítko. Pohlaví (anglicky sex) je „*biologický pohlavní dimorfismus; rozlišení samčích a samičích jedinců podle pohl.orgánů, případně sekundárních pohlavních znaků*“ (Hartl, 2015, s.413).

Podle APA definuje v lidském kontextu rozdíl mezi pohlavím a genderem, který ne zcela výstižně můžeme přeložit do češtiny jako „rod“, rozdíl v užití. „*Pohlaví (sex) obvykle poukazuje na biologické aspekty mužství nebo ženství, zatím co gender obsahuje psychologické, behaviorální, sociální a kulturní aspekty bytí mužem či ženou (tj. maskulinity či femininity)*“ (VandenBos, 2007, s.401).

Klein (1995) rozlišil mezipohlavní rozdíly na znaky primárního, sekundárního a terciárního sexuálního dimorfismu. Mezi primární znaky patří chromozomální a gonadální pohlaví, sekundární znaky označují vnější, somatické rozdíly ve stavbě těla, jako je například mohutnost kostry, rozložení tuku nebo ochlupení těla. K terciárním znakům Klein řadí mezipohlavní rozdíly v psychice a lidském chování, včetně chování nesexuálního. Manifestují se v lidském verbálním i neverbálním chování a projevují se tak v psychosociální oblasti. Mohli bychom tedy říci, že vyjma zdůraznění kulturního aspektu označují to, pro co se v posledních letech spíše vžil pojem gender.

Jak jsem již uvedla, český překlad slova gender není zcela vystihující, proto se budeme v této práci držet tohoto anglického, avšak v české literatuře již velice rozšířeného, pojmu.

3.1 Pohlaví

Složitost studia odlišností a shod mezi muži a ženami trefně parafrázuje první věta jedné z nejznámějších knih, jenž se této problematice věnuje, která zní „*Studium rozdílů mezi pohlavími bývá označováno za problémové dítě naprosto zmatených rodičů*“ (Oakleyová, 2000).

3.1.1 Muži, ženy a intersexuálové

Prvním a zdaleka ne jediným problémem může být už jen to, že ne vždy lze jednoznačně říci, jakého pohlaví který člověk je. Vlivem chromozomové abnormality či nesprávné hladiny hormonů v průběhu těhotenství může dojít k mnoha odchylkám od správného vývoje plodu. Tyto změny jsou v některých případech neslučitelné se životem, zatím co jiné se ani později nemusí projevit. Část z nich však vede ke změnám vývoje pohlavních žláz, vnitřních pohlavních orgánů, vnějších genitálií, hladiny hormonů či sekundárních pohlavních znaků, následkem čehož nemusí být jednoznačné, jakého je jedinec pohlaví. Lékařská literatura dělí hermafroditismus do tří kategorií – mužský pseudohermafroditismus, ženský pseudohermafroditismus a pravý hermafroditismus, kdy má jedinec zároveň pohlavní žlázy obou pohlaví (Lisá a Seemanová, 2004) a který je velice vzácný. (Dreger, 2009) Dále se v této souvislosti můžeme setkat s novějším pojmem intersexualita, který obecně označuje „*nedokonalou sexuální diferenciaci podmíněnou anomální genetickou determinací, vývojovými vadami gonád a genitálu nebo hormonálně*“ (Vokurka a Hugo, 2008, s.478) a nikterak nesouvisí s poruchami sexuálního zaměření. Vzhledem k tomu, že nepanuje obecná shoda o tom, podle jakých znaků určit, zdali jedinec spadá do kategorie intersexuality, je těžké přesně stanovit, jak veliký podíl novorozenců je nejasného pohlaví. Také bylo zaznamenáno, že procento intersexuálních porodů se liší podle lokality a času, v některých populacích a generacích byla z genetických či environmentálních důvodů vyšší frekvence než v ostatních oblastech a obdobích. Záchyt „pochybného pohlaví“ je i

kulturně specifický. V kultuře, kde je sex tabuizován a pohlavní orgány zakrývány, bude pravděpodobně menší výskyt potvrzených intersexuálních osob (Dreger, 2009).

Anne Fausto-Sterlingová dospěla po sečtení výskytů deseti druhů intersexuality k nad očekávání vysokému odhadu, že na každých 100 narozených dětí připadá 1,7 dětí s nejasným pohlavím (Fausto-Sterling, 2000). U výzkumů týkajících se pohlavních či genderových rozdílů, zvláště pokud jsou k dispozici data od vysokého počtu probandů, proto vnímám jako vhodné zmínit i tuto informaci. Například tedy ve studii s 2000 účastníky se může vyskytnout přibližně 34 osob s nejasným pohlavím. Nutno ovšem dodat, že tyto odchylky v tělesné stavbě se často pojí i s kognitivním deficitem (Ross, Stefanatos, Kushner, Zinn, Bondy a Roeltgen, 2002), takže lze předpokládat, že podstatnější zastoupení budou mít pravděpodobně spíše ve skupině osob s nižším vzděláním než například mezi vysokoškolskými studenty.

Anatomická a hormonální odlišnost intersexuálního člověka má samozřejmě veliký dopad na mnoho oblastí jeho života, sebepřijetím, pohlavní identitou a sexuální orientací počínaje, přes sníženou schopnost vést plnohodnotný sexuální život a častou neplodnost, akceptaci společností až po např. uplatnění ve výkonnostním sportu. Příkladem budiž Jihoafrická běžkyně Caster Semenyaová, u které její nezvykle mužný zjev a údajné vysoké hladiny testosteronu ohrožily uznání vítězství na Mistrovství světa v běhu na 800m v roce 2009 v Berlíně. Této sportovkyni nakonec po provedení testů bylo povoleno startovat v kategorii žen ((Motshegwa a Imray, 2010), ale těžko si lze představit, jak to pro tuto mladou ženu muselo být náročné období, když světová media zaplavily diskuze o jejím pohlaví.

Zatím bylo provedeno příliš málo výzkumů a na velmi malých počtech probandů ohledně osobní pohody a kvality života intersexuálních lidí. Studie z roku 2007 však poukazuje na znepokojující zjištění, že tyto osoby více než samotný fakt intersexuality trápí přístup a postoje v rámci lékařského prostředí, jako je například indiskrétnost a neuctivé vyjadřování (Brinkman, Schuetzmann a Richter-Appelt, 2007).

Spíše pro úplnost a na okraj zmiňuji, že samostatnou skupinu tvoří transsexuální osoby.

3.1.2 Biologické rozdíly

V podstatě všechny biologické rozdíly mezi pohlavími se v určité míře projevují i na psychické a sociální úrovni. Ovšem mezi nejdiskutovanější témata patří, zdali existují odlišnosti i mezi stavbou, funkcemi a výkonností mozku mezi muži a ženami, a pokud ano, jakým způsobem se který rozdíl podílí na jaké odlišnosti chování.

Podle biologických teorií je mozek odlišně formován již působením hormonů v prenatálním období, kdy zejména androgeny působící v druhém trimestru jsou rozhodující pro vývoj mužských pohlavních orgánů, nervového systému, pohlavně typického chování, sexuální orientace a genderové identity (Lippa, 2009). Studie prováděné na savcích ukazují, že pohlavní hormony, působící na mozek v průběhu raného vývoje mají organizační efekt a ovlivňují např. velikost nervových struktur, růst buněk a nervových spojů či neurochemické specifikace, zatím co pohlavní hormony, které začnou působit zejména v průběhu puberty, mají po zbytek života efekt aktivační (Hines, 2010). Podle Lippa (2009) tak například působení hormonů v prenatálním období ovlivní sexuální orientaci a vzestup hormonů v pubertě podnítl sexuální chování souladu s touto orientací.

Meta-analýza z roku 2014, která zpracovává výsledky ze 126 odborných studií, došla k závěrům, že v dospělosti muži mají v průměru větší mozky než ženy. Dále pak muži a ženy mají rozdílné množství šedé hmoty v různých oblastech mozku, například amygdale, hippocampu či v pravé části čelního laloku. Také se v některých částech mezipohlavně odlišuje hustota mozkové tkáně (Ruigrok, Salimi-Khorshidi, Lai a kol., 2014). Je pravděpodobné, že díky stále se zdokonalujícím vyšetřovacím metodám bude medicína i nadále nalézat rozdíly ve stavbě, struktuře a funkcích mozku. Složitější však bude zjistit důvod vzniku těchto rozdílů a jejich souvislost s pohlavním chováním. Lippa (2009) také upozorňuje, že existence určitých odlišností mezi mozky žen a mužů by neměla zastínit fakt, že si jsou mnohem více podobné než odlišné.

Jak už jsme zmínili, veliký vliv na lidské chování mají i steroidní hormony. V 7.-12. týdnu po početí se dle informace v genetickém kódu z nediferencovaných pohlavních gonád vyvinou varlata či vaječníky a začnou produkovat v případě varlat androgeny, v případě vaječníků estrogeny a progesterony (Worell, 2001). Ačkoli se tyto 3 typy hormonů vyskytují u obou pohlaví, záleží vždy na poměru a množství. Hladiny hormonů se liší nejen mezi pohlavími, ale i mezi jedinci téhož pohlaví a také u

téže osoby v různém ročním období, části menstruačního cyklu i v závislosti na denní době. Konkrétní vliv hormonů například na kognitivní schopnosti je testován u osob transsexuálních podstupujících změnu pohlaví. Jedincům, kteří dostávali vysoké dávky testosteronu, se zlepšily výsledky v řešení prostorových úloh a snížila verbální plynulost (Worell, 2001).

Interdisciplinární obor behaviorální endokrinologie zkoumá složité vazby a oboustranné interakce mezi hormony a chováním a čerpá poznatky z mnoha oblastí, zejména psychologie, endokrinologie, neurologie, zoologie a etologie, anatomie, fyziologie, psychiatrie a dalších. V současnosti je pravděpodobně nejvíce prozkoumán a potvrzen vztah mezi testosteronem a agresivitou. Vyšší hladiny testosteronu byly zaznamenány u pachatelů násilných trestných činů a řada studií také ukázala nárůst testosteronu v průběhu agresivní sportovní aktivity (Batrinos, 2012). Pozitivní korelace agresivity a testosteronu však byla prokázána také u žen, kdy vězeňkyním, které spáchaly brutální trestný čin či které se ve vězení projevovaly agresivně, byla naměřena vyšší hladina testosteronu než ženám, které nespáchaly násilný trestný čin a ve vězení se chovaly neutrálně či pasivně (Dabbs a Hargrove, 1997). Vyplývá z toho tedy, že ačkoli hladina testosteronu u mužů je v průměru výrazně vyšší než u žen, testosteron zřejmě podporuje chování směrem k agresivitě u obou pohlaví.

Ženské pohlavní hormony byly prozatím v odborné literatuře zkoumány především z hlediska účinků na kognitivní funkce a sexuální preference. Avšak hovoří se také o spojitosti s náladou, úzkostností a byl zaznamenán vliv ovariálních hormonů na temperamentové rysy. Různé fáze menstruačního cyklu a měnící se hladiny estrogeneru a progesteronu ovlivňují u žen emocionální reaktivitu, aktivitu a vytrvalost (Ziomkiewicz, Wichary, Bochenek, Pawlowski a Jasienska, 2011).

Domnívám se tedy, že pohlavní hormony se určitým způsobem spolupodílejí na rozdílném chování a prožívání mužů a žen, ale je zároveň nemožné jejich účinky oddělit od vlivů psychických a sociálních.

3.2 Gender

Gender je široký sociálně-psychologický dynamický konstrukt, který bývá nazýván také jako sociální pohlaví (Schneiderová, 2008), označující kulturně vytvořené rozdíly mezi muži a ženami (Průcha a Veteška, 2012). Pojem pochází z latinského slova *genus* a původně v anglickém jazyce označoval rod, včetně gramatického rodu. Od poloviny 20. století pak začal být užíván ve společenských vědách i v řadě dalších jazyků (Průcha a Veteška, 2012).

Zahrnuje individuální, skupinovou, interakční, kulturní i institucionální rovinu. Spojuje v sobě sociální role, normy a stereotypy a individuální rozdílnost vytváření rodové identity. Vnímá rozdíly mužskosti a ženskosti jako z převážné části přijaté stabilní, historicky a biologicky dané charakteristiky. Psychologické směry dávají důraz na vliv interpersonálních vztahů, v nichž si lidé utvářejí a ověřují své myšlenky, názory a návyky. Maskulinní a femininní psychologické vlastnosti mají původ v biologické podstatě, ale jsou získané a jejich konečná podoba je ovlivněna kulturou. Genderová identita, neboli identifikace sebe samého k mužskému nebo ženskému rodu, vzniká okolo věku 3 let spolu s osobní identitou. Následně je chování dítěte i dospělého člověka ovlivňováno výchovou a společností tak, aby odpovídalo genderovému stereotypu, neboli aby se osoba mužského pohlaví chovala maskulinně a osoba ženského pohlaví femininně (Schneiderová, 2008).

3.2.1 Maskulinita a femininita

Na počátku moderních výzkumů maskulinity a feminity stáli Lewis, Terman a Catharine Cox Milesová, kteří v roce 1936 vydali knihu *Pohlaví a osobnost* a věřili, že maskulinita-femininita je znak, který se dá, podobně jako inteligence, měřit. Podle Lippy (2009) byl jejich test založen na důležitém předpokladu, že maskulinita a femininita jsou protiklady, jejich pojetí je dvoupólové a jednodimenzionální, maskulinita a femininita se navzájem vylučují. Tento názor byl opuštěn až v sedmdesátých letech, kdy feministicky laděná psycholožka Sandra Bemová přišla s názorem, že se jedná o dvě odlišné a nezávislé dimenze. Lidé tak mohou dosáhnout jak diametrálně odlišných skóre maskulinity a feminity, tak i například obou skóre vysokých, což nazvala jako androgynii, či obou nízkých, což označila jako nevyhraněnost. Předpokládala, že androgynní jedinci se díky své univerzálnosti mohou nejlépe přizpůsobit dané situaci,

spojit to nejlepší z obou pohlaví a být duševně nejvyrovnanější. Následně však tuto teorii sama opustila a přiklonila se k názoru, že pohlavní typizace není záležitostí daných vnitřních znaků, ale výsledek genderově schématických lidí a jejich přílišné snahy dělit populaci na muže a ženy (cit dle Lipa, 2009).

Podle Schneiderové (2008) jsou v rámci genderových stereotypů v tradičním pojetí rolí femininní jedinci:

- Submisivní
- Slabí
- Méně se ovládající
- Měkcí
- Jemní
- Citoví
- Uhýbaví
- Empatičtí
- Smířliví
- Intuitivní
- Nelineární
- Simultánní
- Sdílní
- Slušní
- Vztahově orientovaní

Femininní jedinci dále podle Schneiderové více připisují své úspěchy či neúspěchy štěstí a méně vlastním schopnostem. V sociálním chování častěji podléhají skupinovému tlaku, jsou submisivnější a konformnější. Více projevují pozitivní sociálně-emoční chování a ochotněji poskytují pomoc oběma pohlavím. Jsou více orientovaní na vztahy a potřebují více sociální opory.

Maskulinní jedinci jsou oproti tomu:

- Dominantní až autoritativní
- S agresivními a s mocenskými sklony
- Silní
- Autonomní

- Kompetitivní
- Ovládající emoce
- Rázní
- Tvrdí
- Vztahově se distancující
- Méně přátelští
- Argumentující

Své úspěchy prisuzují vlastnímu úsilí a schopnostem, jsou soutěživější, agresivnější a méně podléhají skupinovému tlaku. Pomoc poskytují spíše ženám. Mají nižší potřebu komunikovat, méně naslouchají, tíhnou k faktům a technickým záležitostem.

Kritika tohoto typu dělení uvádí, že se nejedná o nové škály, a upozorňuje na velký překryv maskulinity s extroverzí a emocionální stabilitou a feminity s přívětivostí a částečně také svědomitostí (Lippa, 2009). Ačkoli tedy toto třídění není vědeckou obcí bez výhrad přijímáno, domníváme se, že do psychologie a této diplomové práce patří, jelikož odráží to, jak laická populace může vnímat a posuzovat lidské vlastnosti a chování v závislosti na pohlaví jedince.

3.2.2 Teorie genderu

Přístupy k problematice genderu v psychologii můžeme dle Bačové (2008) členit na biologicko-fyziologický, sociální a kulturní a interakcionistické. Biologicko-fyziologický přístup klade největší důraz na biologickou podstatu člověka a na genetické, neurologické, hormonální, morfologické a fyziologické rozdíly mezi pohlavími. Tento psychologický přístup čerpá z přírodních věd a používá objektivní a vědecké metody, jako je laboratorní pozorování a experiment. Má své kořeny již ve starém Řecku, ale velice profituje z moderních medicínských poznatků o anatomii, genetice, endokrinologii, neurologii a dalších oblastí. Vývoj lidstva a jeho vlastností probíhá dle evolučních zákonitostí a kvality jedince jsou dány jeho genetickou výbavou, tudíž neměnné. Rozšíření tohoto přístupu přinesla sociobiologie, která tvrdí, že nejpodstatnější vliv na evoluci má pohlavní výběr.

V přímé opozici k biologicko-fyziologickému přístupu jsou sociální a kulturní přístupy zdůrazňující zejména vliv procesů socializace na chování mužů a žen. Tyto teorie tvrdí, že rozdíly mezi muži a ženami jsou naučené, a tím dle kritiků ignoruje biologické vlivy.

Teorie sociálního učení vysvětlují vznik odlišného chování pomocí klasického podmiňování, operantního podmiňování a napodobování. Vnímají vývoj genderu spíše jako pasivní proces, kdy se dítě chová podle toho, jak ho vede odměňování, trestání, podmiňování a sociální vzory (Lippa, 2009). Podle teorie kognitivního vývoje se však děti učí rodové role komplexním kognitivním zpracováním, vyvíjejí si kognitivní schémata, tj. představu ženskosti a mužskosti, a skrze tato schémata vnímají své i cizí chování a vlastnosti jako ženské či mužské. Schémata i v dospělosti ovlivňují, jakým způsobem lidé myslí, cítí a vnímají. Mohou vést až k rodovým stereotypům, kvůli kterým je jedinec, který se od daného obrazu stereotypu odchyluje, vnímán odlišně až negativně. (Bačová, 2008)

Inteakcionistické přístupy se snaží předchozí poněkud extrémní teorie propojit a brát v potaz vlivy biologické, sociální i kulturní. Bačová (2008) k interakcionistickým teoriím, které se zabývaly i otázkami genderu, řadí psychoanalytickou teorii a teorii psychosexuálního vývoje Sigmunda Freuda, teorii extraverze a introverze Hanse Eysencka a teorii kognitivního vývoje a teorii morálního vývoje Lawrence A.Kohlberga.

Přístupy ke genderu můžeme dále členit podle toho, jak veliký důraz na rozdíly kladou. Podle Hare-Mustina a Marečka (1988) existují dvě skupiny přístupů. Alfa zkreslení, které má tendenci rozdíly zveličovat a pojímá mužské a ženské charakteristiky jako navzájem se vylučující, a beta zkreslení, které rozdíly naopak minimalizuje. Obecně můžeme říci, že vědci pátrající po pohlavních rozdílech budou mít spíše tendenci inklinovat k alfa zkreslení, které podpoří důležitost jejich výzkumu a významnost zjištěných závěrů. Dále se s alfa zkreslením můžeme setkat v psychodynamické a biologicko-sociálně orientované literatuře. Z česky píšících autorů do této kategorie lze zařadit například Poněšického či Chválu a Trapkovou. Oproti nim vystupuje Vybíral, upozorňující na nešvary takového přístupu. Domnívá se, že psychologické rozdíly mezi muži a ženami neexistují a že neustálým omíláním populárních předsudků o mužích a ženách je „obor psychologie stahován do žumpy

laciností a neseriózností.“. Zdůrazňuje nutnost individuálního přístupu k lidem, jelikož podle něj jsou si často z psychologického hlediska v něčem více podobné dvě osoby opačného pohlaví než jiné dvě osoby stejného pohlaví (Vybíral, 2005).

4 Výzkumy vztahů mezi pohlavím, well-beingem a jeho zdroji

Výzkumů, které by se vyloženě zaměřily na genderové rozdíly ve zdrojích osobní pohody, je zatím skutečně poskrovnu. V následující kapitole tedy shrnu dostupné informace, týkající se genderových rozdílů jak samotného well-beingu, tak v jeho výše uvedených korelátech.

V roce 1989 vyšel článek rekapitlující všechny dosavadní publikované studie týkající se pohlavních rozdílů ve well-beingu. Autoři shrnují, že ženy vykazují větší štěstí a životní spokojenost než muži a že osoby obou pohlaví vykazují vyšší well-being, pokud jsou v manželském svazku (Wood, Rhodes a Whelan, 1989). U žen byl rozdíl ve well-beingu v závislosti na manželství vyšší a je otázkou, jak jsou výsledky starších výzkumů ovlivněny dobou a názory na manželství a roli ženy v tehdejší společnosti.

Fujita, Diener a Sandvik (1991) zjistili, že ačkoli muži a ženy mohou v souhrnu v dosahovat stejné úrovně well-beingu, tak ženy pociťují emoce intenzivněji a dosahují proto vyšších hodnot jak na škálách pozitivních, tak na škálách negativních afektů. Takže ačkoli je u žen vyšší výskyt deprese (Kessler, 2003), pokud se výzkum zaměří pouze na celkový well-being, nemusí se žádný rozdíl mezi pohlavími ukázat. Například meta-analýza DeNeveové a Coopera z roku 1998 vliv pohlaví na SWB nepotvrdila.

Inglehart (2002) na vzorku 146 tisíc respondentů prokázal, že subjektivní well-being se u pohlaví signifikantně liší, pokud vezmeme v potaz i věk. Mladé ženy jsou spokojenější se svými životy než muži, ovšem jejich spokojenost v průběhu života klesne a ženy starší 45 let jsou tak naopak méně šťastné. Autor se domnívá, že příčinou tohoto poklesu spokojenosti u žen je systematická devalvace starších žen, jelikož zejména v industriálních společnostech, kde paradoxně feministická hnutí udělala největší pokrok ve zrovnoprávnění pohlaví, je skrze media silně prosazován kult mladých a krásných žen.

Osobnostní rysy

Zjištění, že mladé ženy jsou spokojenější než muži stejného věku, platí i pro mladé české studenty a studentky středních a vysokých škol (Hnilica, Rendlová a

Barieckzahyová, 2006; Hřebíčková, Blatný a Jelínek, 2010), naopak u starších dospělých statisticky signifikantní vztah mezi rodem a SWB nebyl zjištěn (Hřebíčková a kol., 2010). V posledně jmenovaném výzkumu SWB pro soubor mladších i starších probandů koreloval statisticky významně u mužů pozitivně s extraverzí a svědomitostí, negativně s neuroticismem, u žen pozitivně také s extraverzí, svědomitostí a oproti mužům navíc i s přívětivostí, negativně také s neuroticismem. Korelační koeficienty však pro muže a ženy dosahují rozdílných hodnot a v tomto šetření nebylo provedeno testování korelačních koeficientů, které by prokázalo, zdali jsou tyto rozdíly statisticky signifikantní. Osobnostní vlastnost otevřenost nekorelovala se SWB u žádného rodu. Zajímavé je, že u mladších i starších žen a mladších mužů vysvětlují faktory NEO FFI okolo 30% rozptylu osobní pohody, ale u starších mužů se na rozptylu osobní pohody podílí osobnostní vlastnosti jen pouhými 9% a je tedy pravděpodobně predikován jinými faktory než osobnostními vlastnostmi.

González Gutiérrez, Jiménez, Hernández a Puente (2004) se domnívají, že za vyššími skóry negativních afektů u žen stojí jejich vyšší hodnoty neuroticismu (Costa, Terracciano a McCrae, 2001). Pokud statisticky kontrolovali vliv tohoto osobnostního rysu, dosahovaly ženy naopak nižších skóre negativních afektů.

Kromě neuroticismu také ženy dosahují vyšších hodnot v přívětivosti, vřelosti, otevřenosti pocitům, zatím co muži mají vyšší hodnoty asertivity a otevřenosti myšlenkám. Tyto rozdíly, byť statisticky signifikantní, jsou však malé v porovnání s individuálními rozdíly uvnitř genderu. Vliv na genderovou rozdílnost skóre v neuroticismu a přívětivosti má také kultura, v Evropských a Amerických zemích je tento rozdíl větší než v kulturách Afrických a Asijských, což tvoří paradox v kontrastu s tím, že v euroamerické kultuře jsou tradiční pohlavní role ve společnosti méně výrazné (Costa a kol., 2001). Domnívám, se, že tento paradox může být způsoben tím, že v prosperujících západních kulturách sice ženy mají větší možnosti vzdělávání a tvorby kariery, ale toto na ně zároveň klade větší nároky, jelikož musí obstát ve své roli ženy, partnerky, matky, a zároveň se v profesní oblasti vyrovnat mužům. Kromě vyšších nároků také hrozí konflikt hodnot, jelikož tak ženy mohou čelit dilematu, zdali se věnovat prioritně kariéře, tedy cíli, který odpovídá hodnotám úspěch a moc v hodnotové struktuře Schwartze, nebo rodině, která leží spíše na opačné straně kruhu, mezi hodnotami tradice a laskavosti.

Diskutován je také možný rozdílný vliv interpersonálních vztahů na well-being u mužů a u žen. Například velice zajímavý výzkum Anne Reidové (2004) ukázal značné odlišnosti v důležitosti vlastního sebevědomí a harmonických vztahů. Zatím co pro hodnotu SWB u mužů má signifikantní vliv pouze jejich sebevědomí, u žen je ve stejné míře statisticky významná i korelace harmonických vztahů. Tento výzkum tedy také podporuje hypotézu, že existují rozdíly ve zdrojích osobní pohody mezi muži a ženami.

Ryffová (1989) zaznamenala signifikantní rozdíl skóre mezi pohlavími pouze v dimenzi pozitivních vztahů s ostatními. Výsledky v oblasti osobního růstu se statistické významnosti pouze přiblížily ($p < 0.058$) a stejně jako v předchozí dimenzi ženy skórovaly výše. Ve zbylých 4 dimenzích nebyl potvrzen žádný rozdíl mezi pohlavími.

Coping

Ženy v mírně větší míře vyhledávají při zvládání náročných situací sociální oporu než muži. Zároveň však dle Felstena (1998) tato copingová strategie ovlivňuje souvislost mezi stresem a depresí u mužů stejně jako u žen. Vyhýbavý coping se u obou pohlaví vyskytuje stejnou měrou a taktéž při vysokém skórování stejně silně predikuje depresi. Ženy, které mají vysokou míru stresu, mají významnější symptomy deprese, ať využívají vyhýbavého copingu méně či více. Překvapivě však toto zjištění neplatí u opačného pohlaví, neboť ti muži, kteří skórovali nízko ve vyhýbavém copingu, měli nízkou úroveň deprese nezávisle na množství stresu.

Výzkum na českých vysokoškolských studentech potvrdil, že při zvládání problémů mají ženy větší sklon vyhledávat emoční podporu, tedy odhalovat své pocity, vyvolávat empatii a hledat spojení s blízkými lidmi a pomoc a podporu od významných lidí. Muži mají spíše tendenci k reflektivnímu řešení situací, kdy přemýšlí nad možnými variantami chování, srovnávání jejich následků a vytváření plánů dalšího postupu (Šolcová, Lukavský a Greenglass, 2006).

Dvě nejvýznamnější hypotézy, proč lze očekávat genderový rozdíl mezi copingovými strategiemi, shrnují ve své práci Ptacek, Smith a Zanas (1992). Jsou jimi navzájem se nevylučující hypotéza socializační a hypotéza strukturální. Socializační hypotéza říká, že muži a ženy jsou socializací vedeni ke zvládání stresujících událostí rozdílnými způsoby. Na základě široce pojatých pohlavních rolových stereotypů a rolových očekávání předpokládá, že muži jsou socializováni k větší míře řešení stresu

instrumentálně, zatím co ženy jsou vedeny socializací k vyjadřování emocí, používání emočně-zaměřených copingových metod a vyhledávání podpory od ostatních. Naopak dle socializační hypotézy mohou být muži odrazováni od vyhledávání emoční podpory. Tato hypotéza předpokládá, že i ve stejných situacích budou mít muži tendenci preferovat na problém zaměřený coping a ženy budou tíhnout k emočně zaměřenému copingu a vyhledávání sociální opory. Podle druhé hypotézy však genderové rozdíly v míře využívání různých copingových strategií pocházejí z toho, že muži a ženy musí často řešit rozdílné situace (Ptacek a kol., 1992).

Hodnoty

Schwartz a Rubel (2005) posuzovali pohlavní rozdíly v důležitosti deseti základních hodnot. Na vzorku více jak 77 tisíc lidí ze 70 zemí ověřili, že muži konzistentně přisuzují větší důležitost síle, stimulaci, hedonismu, úspěchu a sebeřízení. Ženy naopak dávají větší důraz na hodnoty laskavost a universalismus. Méně konzistentní výsledky ukázaly přisuzování vyšší důležitosti bezpečnosti ženami. Naopak žádný rozdíl mezi pohlavími se neprokázal u hodnot tradice a konformity. Autoři však upozorňují, že rozdíly mezi pohlavími, byť statisticky signifikantní, jsou pouze malé až střední a vysvětlují menší varianci než věk a výrazně menší než kultura. Nejvyšší procento variance vysvětluje pohlaví u laskavosti a jako zajímavost lze uvést, že u dospělých osob z 19 evropských zemí je tento rozdíl nejvyšší právě v České republice.

Můžeme tedy říci, že určité genderové rozdíly byly prokázány jak v některých studiích well-beingu, tak v osobnostních vlastnostech, při volbě copingových strategiích i v hodnotových prioritách. Genderové rozdíly ve vztahu mezi osobní pohodou a těmito třemi koreláty však doposud byly zkoumány velmi málo a je proto vhodné dále prohlubovat poznání v této oblasti. Nutno také zmínit, že k měření osobní pohody se používají různé nástroje založené na odlišných teoriích, což se může spolupodílet na určité nejednotnosti závěrů různých studií, a je proto tedy žádoucí mapovat koreláty ve vztahu k oběma přístupům.

III EMPIRICKÁ ČÁST

5 Výzkumné cíle, otázky a hypotézy

5.1 Výzkumné cíle a otázky

Dosavadní výzkumy se věnovaly zpravidla pouze zjišťování vztahu 2 proměnných – well-beingu a pohlaví, osobnostních vlastností, copingových strategií či hodnotových priorit. Často tak můžeme v literatuře nalézt šetření zjišťující zdroje osobní pohody, avšak bez rozlišení a analýzy rozdílů mezi pohlavími. Dále také k měření well-beingu používaly v naprosté většině pouze 1 metodu, založenou na subjektivním nebo psychologickém přístupu.

Tato práce se proto tedy zaměřuje na doplnění tohoto chybějícího dílku poznání well-beingu. Specializuje se na genderové rozdíly ve zdrojích osobní pohody a srovnání výsledků ze 2 metod měření well-beingu.

Hlavním cílem mé práce je zjistit, zdali jsou statisticky významné rozdíly korelátů well-beingu mezi pohlavími. V zahraničí byly realizovány výzkumy týkající se genderových rozdílů ve vztahu well-beingu a osobnostních rysů a copingových strategiích, se kterými bude možné porovnat výsledky na vzorku české populace. Výzkum mapující genderové rozdíly v korelaci well-beingu a hodnot zatím dle dostupných zdrojů nebyl realizován v České republice ani v zahraničí. Z tohoto důvodu v následující kapitole formuluji hypotézy pouze pro genderové rozdíly ve vztahu mezi well-beingem a vybranými osobnostními rysy a copingovými strategiemi. Pro zjištění rozdílné síly vztahu mezi well-beingem a hodnotami provedu explorační analýzu, která má za cíl tuto oblast prozkoumat a objevit, zdali existují genderové rozdíly ve vztahu well-beingu a hodnot. Do této explorační analýzy zahrnu i zbývající škály dotazníku NEO-FFI a Brief COPE, u kterých na základě dostupné literatury neočekávám signifikantní genderový rozdíl a tudíž pro ně neformuluji výzkumné hypotézy.

Výzkumné otázky pro explorační analýzu tedy zní, zdali je statisticky významný genderový rozdíl v hodnotových korelátech well-beingu, a dále pak zdali bude rozdíl i v některé ze škál osobnostního nebo copingového dotazníku, pro které jsem neformulovala hypotézu.

5.2 Výzkumné hypotézy

Výzkumné hypotézy jsem na základě uvedených klíčových studií formulovala následovně:

H1a: Mladé ženy mají vyšší úroveň psychologické osobní pohody než mladí muži.

Korelační analýzou dat, které mám pro tuto diplomovou práci k dispozici, bylo zjištěno (Hřebíčková a kol., 2010) že vysokoškolské studentky mají vyšší osobní pohodu dle přístupu SWB. Na základě této studie a výzkumu, který prokázal korelaci SWB a PWB (McMahan a kol, 2013), vyslovuji hypotézu, že vyšší úroveň well-beingu u mladých žen bude statisticky významná i při měření psychologického well-beingu metodou The Scale of Psychological Well-being, vycházející z eudaimonického přístupu psychologického well-beingu.

H1b: Psychologická a subjektivní osobní pohoda spolu korelují.

McMahan a kol.(2013) zjišťoval korelaci jednotlivých dimenzí PWB se SWB. Použil při tom 42 položkovou verzi the Ryff Scale of Well-being a The Satisfaction with Life Scale. Celkový skóre PWB McMahan do korelační matice nevložil, jednotlivé škály PWB se SWLS korelují od 0,15 (Smysl v životě) po 0,60 (Sebeakceptace). Garcia (2006) zjistil korelaci u adolescentů mezi SWLS a PWB 0,65. Lze tedy očekávat, že i v této práci použité metody měření PWB a SWB spolu budou statisticky významně korelovat.

H2a: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a SWB je silnější u mužů než u žen.

H2b: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a PWB je silnější u mužů než u žen.

Výzkumy (Hřebíčková a kol.,2010; Li, Lan a Ju, 2015) ukazují, že extraverze u obou pohlaví statisticky významně pozitivně koreluje se SWB, avšak u mužů více než u žen. Je potřeba prokázat, zdali je tento rozdíl statisticky signifikantní a u obou přístupů well-beingu.

H3a: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a SWB je silnější u žen než u mužů.

H3b: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a PWB je silnější u žen než u mužů.

Hřebíčková a kol.(2010) zjistili, že při krokové regresní analýze osobnostních charakteristik se u žen statisticky průkazně přívětivost podílí na vysvětlení rozptylu SWB, zatímco u mužů tomu tak není. Také korelace přívětivosti a SWB vyšla pouze u žen statisticky signifikantní. Je proto potřeba ověřit, zdali je tento rozdíl statisticky významný a vyskytuje-li se u obou přístupů well-beingu.

H4a: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a SWB je silnější u žen než u mužů.

H4b: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a PWB je silnější u žen než u mužů.

Mezi muži a ženami byly prokázány rozdíly ve využívání copingových strategií, viz kapitola 2.2.2 a kapitola 4. Felstein (1998) sice nenašel, že by copingové strategie, vyjma strategie vyhýbavé, měly genderově rozdílnou souvislost se stresem a depresí, avšak domnívám se, že při použití jiných metod se může tato hypotéza, vyslovená na základě socializačních teorií, potvrdit.

H5a: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a SWB je vyšší u mužů než u žen.

H5b: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a PWB vyšší u mužů než u žen.

Viz odůvodnění uvedené u hypotéz H5a a H5b.

6 Použité metody

6.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvoří studenti Masarykovy univerzity, kteří byli skrze Informační systém Masarykovy univerzity osloveni v roce 2008 k online vyplnění sady dotazníků na webovém formuláři. Jedná se tedy o příležitostný výběr. Studenti byli v úvodní instrukci informováni, že předpokládaná délka vyplňování je přibližně 60-90 minut. Celý tento úvodní text je uveden v příloze 1. Z původních 3517 osob, které dotazníky začaly vyplňovat, dokončilo dotazníky, využité v této diplomové práci, 2317 probandů. Návratnost je tedy 65,88%. Tato sada obsahovala celkem 11 psychologických metod a otázky na demografické údaje a evaluaci univerzitního studia. Celkem tak probandi vyplňovali 432 položek, z nichž naprostá většina spočívala v zaškrtování na škále. Jelikož všechny osoby nevyplnily všechny položky, budou se počty zařazených odpovědí do statistických výpočtů mírně lišit.

6.2 Použité metody

Pro tento výzkum jsme s prof. Blatným, vedoucím této diplomové práce, vybrali z použité sady následující metody. Na změření osobní pohody respondentů byly využity 2 inventáře měření osobní pohody, 5 položková The Satisfaction With Life Scale (SWLS) a nejkratší verze The Scale of Psychological Well-being (PWB). Pro zjištění osobnostních rysů byl použit The NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI), copingové strategie byly zaznamenány pomocí The Brief COPE (Brief COPE) a hodnotové

priority byly určeny inventářem The Personal Values Questionare (PVQ). Všechny metody byly administrovány v českých překladech. Dotazníky, u kterých není uveden zdroj překladu, byly do češtiny přeloženy pro tento projekt. V následujícím přehledu metody pro jednotnost a přehlednost uvádím pod jejich originálními anglickými názvy, ze kterých vychází i jejich zkratky, které jsou v česky psané literatuře běžně užívané.

6.2.1 The Satisfaction With Life Scale

Český název této metody, která má anglickou zkratku SWLS, zní Škála spokojenosti se životem. Byla publikována Dienerem, Emmonsem, Larsenem a Griffinem v roce 1985 a zjišťuje míru osobní pohody dle přístupu SWB. Vychází z konceptu, že pro změření životní spokojenosti je potřeba se jedince zeptat na celkové hodnocení jeho života. Nechává respondentům volnost k vlastnímu posouzení důležitosti různých životních oblastí a pocitů. Škála se skládá z pěti následujících položek a výsledkem je jediný celkový skóre, odrážející míru subjektivní osobní pohody.

Respondenti vyjadřují míru souhlasu či nesouhlasu na sedmibodové škále, kde nejnižší hodnota znamená „silně nesouhlasím“, nejvyšší „zcela souhlasím“.

V roce 1999 byl dotazník přeložen do češtiny a pomocí exploratorní a konfirmační faktorové analýzy byla ověřena unidimenzionalita škály. Také byla potvrzena vysoká reliabilita dotazníku (Lewis, Shevlin, Smékal a Dorahy, 1999). české verze je Cronbachovo alfa je 0,801 (Blatný, Jelínek, Hřebíčková, 2009).

6.2.2 The Scale of Psychological Well-being

Pro zjištění psychologického well-beingu (PWB) byla použita metoda The Scale of Psychological Well-being od autorky Carroll Ryffové. Původní verze, vytvořená v roce 1989, obsahovala 20 položek pro každou ze 6 dimenzí dle její teorie struktury psychologického well-beingu, popsané v kapitole 1.5. Tato metoda prokázala vysokou reliabilitu i obsahovou a konstruktovou validitu (Ryff, 1989). Následně Ryffová vyvinula také kratší verze s 84, 54, 42 či nejkratší s 18 položkami (Burns a Machin, 2009).

Tyto škály se v literatuře vyskytují pod několika mírně odlišnými názvy a zkratkami, v publikacích samotné autorky jsem explicitní pojmenování metody nenalezla.

V tomto šetření byla použita nejkratší 18 položková verze, ve které každou z 6 dimenzí sytí pouze 3 položky. Sama Carol Ryffová u této nejkratší verze doporučuje pracovat pouze s celkovým skóre, Cronbachovo alfa českého překladu je 0,835 (Blatný a kol, 2009).

Při vyplňování proband vybírá ze šestistupňové škály Likertova typu. Hodnotí, nakolik se jednotlivá tvrzení hodí k popisu jeho osoby, od „zcela nesouhlasí“ po „zcela souhlasí“, bez možnosti zvolit neutrální hodnocení.

Bohužel při zadávání do webového rozhraní došlo k chybě, která má za následek absenci poslední položky. Jelikož jsou data od tak vysokého počtu probandů cenná, nahrazujeme tuto chybějící hodnotu průměrem ostatních 2 položek z dotčené škály „smysl života“, aby bylo možné s daty pracovat i v rámci porovnání s jinými studiemi, které administrovaly plný počet položek.

6.2.3 The NEO Five-Factor Inventory

NEO pětifaktorový osobnostní dotazník, se zkratkou NEO-FFI, patří mezi nejznámější a nejužívanější psychodiagnostické metody zaměřené na identifikaci pěti obecných dimenzí osobnosti, které jsou blíže popsány v kapitole 2.2.1.

NEO Five-Factor Inventory, česky nazývaný NEO pětifaktorový osobnostní inventář, je zkrácenou verzí inventáře NEO Personality Inventory. NEO FFI obsahuje pro každou z pěti škál 12 položek, které při analýze NEO PI prokázaly, že tyto škály nejlépe vystihují. Všechny položky obsažené v NEO FFI tak tedy jsou i součástí NEO PI.

Cronbachovo alfa škály neuroticismus je 0,809, škály extraverze 0,813, škály otevřenost 0,665, škály přívětivost 0,718 a škály svědomitost 0,804 (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Inventář tedy obsahuje 60 výpovědí a vyplňující osoby odpovídají označením křížkem na pětistupňové škále Likertova typu, do jaké míry je tyto výpovědi vystihují. Krajní body škály jsou „vůbec nevystihuje“ a „úplně vystihuje“, inventář umožňuje zvolit i střední hodnotu „neutrální“. Škály se vyhodnocují zvlášť a jejich výsledky se pochopitelně nesčítají. Vzhledem k existenci rozdílů v závislosti na pohlaví a věku se výsledné hrubé skóry porovnávají s normami pro danou kategorii.

Dotazník byl prvně přeložen do češtiny v roce 1993 a následně byl překlad některých položek na základě analýz statistických výsledků přeformulován (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

6.2.4 The Brief COPE

Inventář The Brief COPE vychází z dříve používané metody The COPE, oproti které obsahuje méně položek i škál. The COPE se svými 15 škálami, kdy každá je sycena čtyřmi položkami, byl za svou celkovou délku 60 položek kritizován. Carver tedy vytvořil kratší verzi, která neobsahuje škály „odložení na pozdější dobu“ a „potlačení jiných aktivit“, které se neukázaly být užitečné, tři škály byly přepracovány a naopak jedna nová škála, „sebeobviňování“, byla přidána. Skládá se tedy ze 14 škál, kdy každá je pokryta 2 položkami, celková délka se tak snížila ze 60 na 28 položek.

The Brief COPE obsahuje škály aktivní coping, plánování, pozitivní přerámování, akceptaci, humor, náboženství, užívání emoční podpory, užívání instrumentální opory, seberozptýlení, popření, projevení emocí, užití alkoholu nebo jiných drog, behaviorální vzdání se, sebeobviňování. Podrobně jsou obsahy jednotlivých dimenzí popsány v kapitole 2.2.2.

Metoda v původním anglickém znění byla ověřena na osobách, které přežily hurikán. Všechny škály mají reliabilitu vyšší než 0,5 a většina vyšší než 0,6 (Carver, 1997).

6.2.5 The Portrait Value Questionnaire

Název tohoto dotazníku bychom mohli přeložit do češtiny jako Dotazník hodnotových portrétů. Je novější alternativou k dotazníku The Schwarz Value Survey

(SVS) s 57 položkami, který byl pro mladší, staré či v západním systému méně vzdělané jedince příliš abstraktní. PVQ se skládá ze 40 položek, které sytí 10 hodnotových priorit dle Schwartzovy kruhové teorie hodnot. Zkrácení dotazníku z 57 na 40 položek mělo negativní vliv na vnitřní reliabilitu jednotlivých hodnotových typů (Řeháková, 2005). Řeháková uvádí hodnoty cronbachova alfa pro hodnotové typy vyššího řádu které jsou v České republice 0,671 pro konzervaci, 0,771 pro otevřenost změně, 0,700 pro sebe přesah a 0,753 pro sebezdůraznění (Řeháková, 2005, s.24).

Položky krátce popisují cíle, aspirace nebo přání různých osob. Proband si na šestistupňové škále od „Vůbec se mi nepodobá“ po „Velmi se mi podobá“ vybírá, do jaké míry se jeho postoje podobají postojům každé popisované osoby. Jelikož má škála sudý počet bodů, není možné odpovědět neutrální hodnotou a proband se tak musí přiklonit na některou ze stran.

Otázky jsou formulovány tak, aby zaměřily pozornost a hodnocení jedince právě jen na jeden hodnotově relevantní aspekt. Například otázka: *„Vymýšlení něčeho nového a tvořivost jsou pro něho/ni důležité. Rád/ráda dělá věci svým vlastním originálním způsobem.“* popisuje osobu, pro kterou je důležitá hodnota sebeřízení. Kterou hodnotu sytí jaká položka, není v dotazníku explicitně vyjádřeno. Metoda identifikuje, jaké hodnoty jsou pro člověka v životě důležité, což ale nemusí odpovídat jejich vlastnostem. Například člověk, který považuje kreativitu za důležitou, nemusí být sám skutečně kreativní (Schwartz, 2006).

Metoda není postavena tak, že by každou z 10 hodnot sytily 4 položky. Některé, například stimulace a hédonismus, jsou syčeny 3 položkami, naopak universalismus 6 položkami. V Tabulka 4 je uvedena příslušnost položek k jednotlivým hodnotám, které jsou detailně popsány v kapitole 2.2.3.

Tabulka 4

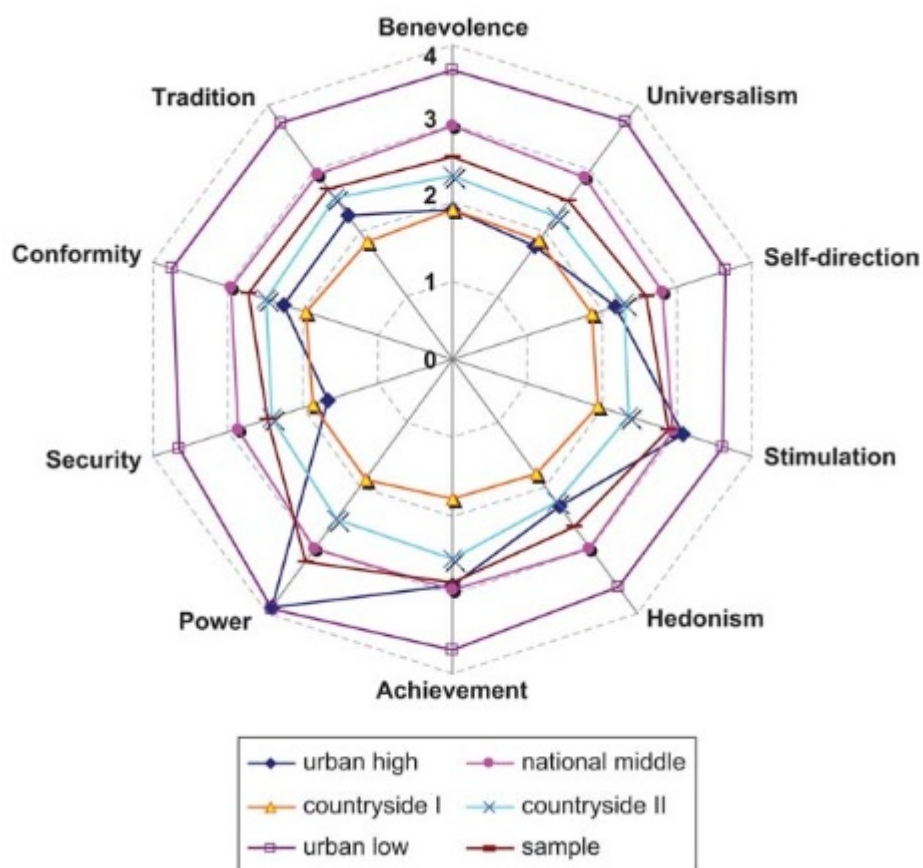
*Příslušnost položek k hodnotám dle Schwartzovy teorie základních hodnot
(Knoppen, Saris, 2009, s.101-102)*

Název škály	Anglický název	Zkratka	Položky
Sebeřízení	Self-direction	SD	1, 11, 22, 34
Stimulace	Stimulation	ST	6, 15, 30
Hedonismus	Hedonism	HE	10, 26, 37
Úspěch	Achievement	AC	4, 13, 24, 32
Moc	Power	PO	2, 17, 39
Bezpečí	Security	SE	5, 14, 21, 31, 35
Konformita	Conformity	CO	7, 16, 28, 36
Tradice	Tradition	TR	9, 20, 25, 38
Benevolence	Benevolence	BE	12, 18, 27, 33
Universalismus	Universalism	UN	3, 8, 19, 23, 29, 40

Výsledkem PVQ je 10 numerických hodnot, které dohromady tvoří profil hodnotových priorit dané osoby. Tento profil lze graficky znázornit tak, jak je uvedeno na schématu 3.

Schéma 3

Příklad možného grafického znázornění a porovnání hodnotových profilů skupin osob (Fotopoulos, Krystallis a Anastasios, 2011, s.30)



6.3 Metody analýzy dat

V rámci své diplomové práce jsem k vyhodnocení a statistickému zpracování a analýze dat využila statistický software IBM SPSS Statistics a Microsoft Excell. Data byla nejprve popsána pomocí deskriptivních funkcí, následně analyzována t-testy, korelačními koeficienty a testy statistické významnosti rozdílů dvou korelačních koeficientů za použití Fisherovy transformace (Hendl, 2012, s.264). Vzhledem k velikosti souboru jsem hladinu významnosti zvolila 0,01.

Grafická analýza dat ukázala, že model lineární závislosti je ve všech našich datech přijatelný. Z tohoto důvodu jsem pro měření intenzity závislosti použila Pearsonův koeficient korelace. Dalším důvodem pro použití tohoto korelačního koeficientu je, že pokud chceme analyzovat signifikantnost rozdílu 2 korelačních koeficientů, existují pro tuto úlohu pouze algoritmy založené na parametrickém Pearsonovu korelačním koeficientu. Pro posuzování pořadových korelačních koeficientů není znám žádný exaktní postup.

7 Výsledky

7.1 Deskriptivní statistika

Do výzkumu byly zahrnuty odpovědi od 2317 osob, z čehož bylo 751 mužů a 1566 žen. Průměrný věk mužů je 22,1 a u žen 22,3 let.

Vyhodnocování rozdílů mezi výší skóre u jednotlivých škál mezi muži a ženami není hlavním předmětem této diplomové práce, přesto jej však pro úplnost uvádím i včetně t-testu statistické významnosti tohoto rozdílu a Cohenova d. Kompletní tabulku naleznete jako přílohy 6 a 7, zde v Tabulka 5 pro přehlednost dělím škály dle toho, zdali v nich skórovaly výše ženy, muži nebo zdali se neprokázal statisticky významný rozdíl na hladině významnosti $\alpha = 0,01$.

Tabulka 5

Genderové rozdíly ve skórech škál dotazníků NEO FFI, Brief COPE a PVQ

Ženy vyšší skór	Osobnost	Neuroticismus, Extraverze, Přívětivost, Svědomitost
	Coping	Seberozptýlení, Popření, Užívání emoční podpory, Užívání instrumentální podpory, Ventilace
	Hodnoty	Bezpečí, Laskavost, Univerzalismus
Muži vyšší skór	Osobnost	-
	Coping	Užívání návykových látek, Humor
	Hodnoty	Úspěch, Moc, Humor
Bez signifikantního rozdílu	Osobnost	Otevřenost
	Coping	Aktivní coping, Behaviorální vzdání se, Pozitivní přerámování, Plánování, Akceptace,

		Náboženství, Sebeobviňování
	Hodnoty	Sebeřízení, Stimulace, Hedonismus, Konformita, Tradice

Míra věcné významnosti, vyjádřená pomocí Cohenova d , pouze v jednom případě překročila hranici 0,5, značící střední rozdíl (Cohen, 1988, cit dle Durlak, 2009), a to případě rozdílu využití emoční podpory (0,569). Další dvě nejvyšší věcné významnosti jsou u ventilace (0,485) a užívání instrumentální opory (0,458). Více viz příloha 7.

Tabulky 6 a 7 podávají informace o popisných statistikách SWB a PWB. U obou metod ženy skórují v průměru výše. V SWB nabývají hodnoty u obou pohlaví nejvyššího možného rozptylu, což je 5-35, a u souboru žen je vyšší směrodatná odchylka. Naopak u PWB, ačkoli ženy mají větší rozptyl, je směrodatná odchylka vyšší v souboru mužů.

Tabulka 6

Deskriptivní statistiky SWB

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	751	5	35	23,81	6,03
Ženy	1566	5	35	25,49	6,27

Tabulka 7*Deskriptivní statistiky PWB*

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	740	43,5	100	78,93	9,94
Ženy	1541	33	101	80,54	9,21

7.2 Analýzy závislostí

7.2.1 Osobní pohoda u mužů a žen

Ověření hypotézy **H1a: Mladé ženy mají vyšší úroveň psychologické osobní pohody než mladí muži.**

Nulová hypotéza **H01a: Mladé ženy nemají vyšší úroveň psychologické osobní pohody než mladí muži.**

Testování hypotézy pomocí dvou výběrového nepárového t-testu prokázalo, že rozdíl v průměrných skórech mužů a žen je statisticky signifikantní, viz tabulka 8. Na základě tohoto testování tedy přijímám hypotézu H1a, že ženy mají vyšší úroveň PWB než muži.

Tabulka 8*Tabulka t-testu mezi PWB mužů a žen*

Pohlaví	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	testová hodnota	stupně volnosti	p
Muži	740	78,93	9,94	-3,809	2279	0,001
Ženy	1541	80,54	9,21			

Alternativní hypotéza **H1b: Psychologická a subjektivní osobní pohoda spolu koreluje.**

Nulová hypotéza **H01b: Psychologická a subjektivní osobní pohoda spolu nekoreluje.**

Vzhledem k zaměření této práce na genderové rozdíly jsem provedla korelaci pro celý soubor i zvlášť pro muže a ženy i s testováním významnosti výsledného rozdílu korelačních koeficientů, který není statisticky významný. Pro ověření této hypotézy je však podstatný pouze poslední řádek v tabulce 9, který ukazuje, že hodnota korelačního koeficientu mezi SWB a PWB dosahuje statisticky významné hodnoty $r=0,602$. Přijímám tedy hypotézu H1b.

Tabulka 9

Korelace SWB a PWB a testování významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Pohlaví	Počet	Korelační koeficient	Z-skór	p-hodnota dvoustranná
Muži	740	0,577**	-1,15	0,251
Ženy	1538	0,611**		
Celkově	2278	0,602**		

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01.

7.2.2 Vztah mezi extravertí a osobní pohodou

Tabulka číslo 10 ukazuje deskriptivní statistiky osobnostního rysu extraverte. Soubor mužů dosáhl v této škále nižší minimální hodnoty, signifikantně nižšího průměru a většího rozpětí

Tabulka 10

Deskriptivní statistiky osobnostního rysu extraverze

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	834	1	48	29,09	8,66
Ženy	1730	6	48	30,68	7,79

Alternativní hypotéza **H2a: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a SWB je silnější u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H02a: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a SWB není silnější u mužů než u žen.**

Alternativní hypotéza **H2b: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a PWB je silnější u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H02b: Vztah mezi osobnostním rysem extraverze a PWB není silnější u mužů než u žen.**

V Tabulka 11 jsou uvedeny korelace skóre extraverze s oběma přístupy k well-beingu. Všechny uvedené korelace vyšly statisticky významně na hladině 0,01. Podle uvedeného Z-skóru, který porovnává statistickou významnost mezi koeficienty korelace u mužů a u žen, vidíme, že ačkoli rozdíl ve vztahu mezi SWB a extraverzí dle pohlaví nedosáhl mého kritéria chyby prvního druhu, data poměrně jasně naznačují velmi podobný trend jako pro PWB, kde se efekt pohlaví ukázal.

Tabulka 11

Korelace PWB a SWB s extraverci a testování významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Korelace s WB	Pohlaví	Počet	Korelační koeficient	Z-skór	p-hodnota jednostranná
SWB	Muži	751	0,408**	2,16	0,015
	Ženy	1566	0,325**		
PWB	Muži	740	0,511**	2,95	0,002
	Ženy	1541	0,407**		

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01.

Výše uvedené testy signifikantnosti rozdílů korelačních koeficientů tedy svědčí pro zamítnutí hypotézy H2a a přijetí hypotézy H2b.

7.2.3 Vztah mezi přívětivostí a osobní pohodou

Tabulka číslo 12 ukazuje deskriptivní statistiky osobnostního rysu přívětivost. Soubor mužů dosáhl v této škále signifikantně nižšího průměru a větší směrodatné odchylky.

Tabulka 12

Deskriptivní statistiky osobnostního rysu přívětivost

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	834	7	46	29,22	6,10
Ženy	1730	6	46	30,74	5,98

Alternativní hypotéza **H3a: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a SWB je silnější u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H03a: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a SWB není silnější u mužů než u žen.**

Alternativní hypotéza **H3b: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a PWB je silnější u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H03b: Vztah mezi osobnostním rysem přívětivost a PWB není silnější u mužů než u žen.**

V tabulce 13 uvádím korelace skóre přívětivosti opět s oběma přístupy k well-beingu. Korelace žen mezi přívětivostí a well-beingem vyšly v obou případech signifikantně na hladině 0,01, u mužů pak pouze s přístupem SWB a jen na hladině 0,05. Podle uvedeného testu statistické významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami však vidíme, že tento rozdíl není významný a hypotézy H3a a H3b proto nepřijímám.

Tabulka 13

Korelace PWB a SWB s přívětivostí a testování významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Korelace s WB	Pohlaví	Počet	Korelační koeficient	Z-skór	p-hodnota jednostranná
SWB	Muži	751	0,088*	-1,56	0,059
	Ženy	1565	0,156**		
PWB	Muži	740	0,070	-2,20	0,014
	Ženy	1541	0,167**		

* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,05.

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01.

7.2.4 Vztah mezi užíváním emoční podpory a osobní pohodou

Jak můžeme vidět v tabulce 14, muži i ženy v této škále dosáhli stejných minimálních i maximálních hodnot, avšak ženy mají signifikantně vyšší průměrnou hodnotu, využívají tedy copingovou strategii užívání emoční podpory více než muži.

Tabulka 14

Deskriptivní statistiky užívání emoční podpory

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	677	2	8	5,18	1,59
Ženy	1439	2	8	6,06	1,49

Alternativní hypotéza **H4a: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a SWB je silnější u žen než u mužů.**

Nulová hypotéza **H04a: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a SWB není silnější u žen než u mužů.**

Alternativní hypotéza **H4b: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a PWB je silnější u žen než u mužů.**

Nulová hypotéza **H04b: Vztah mezi copingovou strategií užívání emoční podpory a PWB není silnější u žen než u mužů.**

V 15.tabulce pak vidíme, že využívání emoční podpory u mužů mírně negativně koreluje se SWB, zatímco u žen je korelace pozitivní a signifikantní na hladině 0,01. Test významnosti rozdílů korelačních koeficientů prokázal, že tento rozdíl je statisticky významný. Naopak u PWB je tento rozdíl velice malý a hluboce pod statistickou významností. Na základě těchto poznatků přijímám hypotézu H4a a zamítám hypotézu H4b.

Tabulka 15

Korelace PWB a SWB s užíváním emoční podpory a testování významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Korelace s WB	Pohlaví	Počet	Korelační koeficient	Z-skór	p-hodnota jednostranná
SWB	Muži	677	-0,055	-3,42	<0,001
	Ženy	1435	0,105**		
PWB	Muži	675	0,015	-0,89	0,186
	Ženy	1438	0,056		

* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,05.

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01.

7.2.5 Vztah mezi aktivním copingem a osobní pohodou

V tabulce 16 vidíme, že muži a ženy vypověděli, že využívají aktivní coping prakticky stejnou měrou, a i hodnoty směrodatné odchylky se liší jen nepatrně.

Tabulka 16

Deskriptivní statistiky aktivního copingu

Pohlaví	Počet	Minimum	Maximum	Průměr	Směrodatná odchylka
Muži	675	2	8	5,61	1,236
Ženy	1435	2	8	5,58	1,238

Alternativní hypotéza **H5a: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a SWB je vyšší u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H05a: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a SWB není vyšší u mužů než u žen.**

Alternativní hypotéza **H5b: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a PWB je vyšší u mužů než u žen.**

Nulová hypotéza **H05b: Vztah mezi aktivní copingovou strategií a PWB není vyšší u mužů než u žen.**

Tabulka 17 však ukazuje, že korelační koeficienty, které jsou všechny statisticky signifikantní na hladině 0,01, se v případě PWB genderově statisticky významně liší. Tento rozdíl se ovšem neukázal u korelací SWB a aktivního copingu. Hypotézu H4a tedy zamítám a hypotézu H4b přijímám.

Tabulka 17

Korelace PWB a SWB s aktivním copingem a testování významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Korelace s WB	Pohlaví	Počet	Korelační koeficient	Z-skór	p-hodnota jednostranná
SWB	Muži	675	0,270**	0,66	0,253
	Ženy	1431	0,241**		
PWB	Muži	673	0,421**	2,85	0,002
	Ženy	1434	0,306**		

* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,05.

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01.

7.3 Explorační analýza

Pro co nejvyšší výtěžnost poznatků a informačního bohatství ze sebraných dat jsem následně provedla explorační analýzu dat. Tato explorace je z hlediska statistických metod obdobná jako u testování hypotéz, avšak slouží pro průzkum dat a pro případné další výzkumy, které na jejím základě mohou formulovat své hypotézy.

Provedla jsem korelace s well-beingem i zbylých 3 škál dotazníku NEO-FFI, 8 způsobů copigových strategií, všech 10 hodnotových priorit i 4 jimi nadřazených hodnotových typů vyššího řádu, a následně srovnala rozdíl těchto korelací mezi pohlavími. Z důvodu rozsáhlosti uvádím celou tabulku deskriptivních statistik i porovnání korelací pouze v přílohách. V tabulkách 18 a 19 prezentuji pouze škály, kde se projevil vyšší genderový rozdíl při korelaci s well-beingem. Hranici pro uvedení v této tabulce jsem zvolila, ačkoli je to pro explorační analýzu méně typické, dle jednostranné p-hodnoty, která říká, že pokud by byla vyslovena jednostranná alternativní hypotéza o významnosti rozdílu, byla by na jejím základě přijata.

Tabulka 18

Korelace SWB s vyjmenovanými škálami a uvedení významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Škála	Muži		Ženy		Z	p-hodnota jednostr.
	Počet	Korelační koeficient	Počet	Korelační koeficient		
Brief COPE: Instrumentální opora	676	-0,108	1435	0,004	-2,389	0,008
Brief COPE: Akceptace	677	0,052	1433	0,186	-2,921	<0,001
PVQ: Bezpečnost	750	-0,094	1566	0,017	-2,505	0,006
PVQ: Konzervace	750	-0,168	1566	0,047	-2,756	0,003
PVQ: Transcendence	750	0,052	1566	-0,051	2,318	0,010

Tabulka 19

Korelace PWB s vyjmenovanými škálami a uvedení významnosti rozdílů korelací mezi muži a ženami

Škála	Muži		Ženy		Z	p-hodnota jednostr.
	Počet	Korelační koeficient	Počet	Korelační koeficient		
Brief COPE: Akceptace	675	0,138	1436	0,247	-2,410	0,008
PVQ: Konzervace	740	-0,382	1541	-0,207	-4,294	<0,001
PVQ: Bezpečnost	740	-0,197	1541	-0,032	-3,746	<0,001
PVQ: Konformita	740	-0,307	1541	-0,190	-2,774	0,003
PVQ: Otevřenost	740	0,295	1541	0,188	2,545	0,005
PVQ: Sebeurčení	740	0,332	1541	0,231	2,447	0,008
PVQ: Sebepřesah	740	0,130	1541	0,024	2,382	0,009

Jak vidíme, v korelacích s PWB vzniká více genderových rozdílů a taktéž jsou zjištěné rozdíly vyšší. U korelací PWB s hodnotovým typem vyššího řádu konzervací se dokonce ukázal nejvyšší genderový rozdíl ze všech testovaných dvojic korelací.

8 Diskuze

V této kapitole bych ráda přinesla ucelený pohled na získaná data. Nejprve interpretuji a shrnu zjištěné výsledky ze své empirické části a srovnám je se závěry jiných autorů. Výsledky budou probírány ve stejném pořadí, v jakém byly vysloveny a testovány hypotézy. Následně se zaměřím na přednosti i limity, které mohly mít vliv na dosažené výsledky. Kapitulu zakončím možným přínosem výzkumu pro praktický život i další vědeckou činnost. V implikacích pro další výzkum se také budu věnovat poznatkům vzešlým z explorační analýzy.

8.1 Diskuze výsledků

Výsledky výzkumů porovnávajících úroveň well-beingu u mužů a žen nejsou zcela jednotné. Některé našly vyšší úroveň well-beingu u žen (Wood a kol., 1989), jiné nikoli (DeNeve, 1998). Protichůdné výsledky mohou být dány použitím rozdílných metod vycházejících z odlišných přístupů, ovšem nedomnívám se, že by to bylo hlavní příčinou, vzhledem ke korelaci používaných metod (Garcia, 2006; McMahan a kol, 2013). Spíše se domnívám, že původ odlišnosti výsledků bude v charakteristikách výzkumných vzorků, zejména ve věku, vzdělání, socioekonomické situaci a genderové rovnosti a postavení žen ve společnosti. Genderový rozdíl ve well-beingu přitom nemusí být dán pouze na první pohled propastným rozdílem práv a zvyklostí, které můžeme vidět v některých méně rozvinutých zemích, ale i drobnějšími příčinami, jako je horší dostupnost práce pro ženy a nižší platy, nebo naopak vyšší nároky na muže uživit rodinu a být ekonomicky úspěšný.

V této diplomové práci se osobní pohoda mladých žen ukázala být signifikantně vyšší než osobní pohoda mužů. To je samozřejmě do velké míry dáno velikostí vzorku, kdy i malý rozdíl je statisticky posouzen jako významný. Dále pak se domnívám, že vyšší spokojenost mladých studujících žen může pramenit z jejich postavení ve společnosti. Ženy jsou v tomto věku nejatraktivnější, přitažlivé de facto pro všechny věkové kategorie mužů, a skrze své fyzické aspekty získávají ocenění společnosti a

materiální i nemateriální výhody. Ačkoli studují VŠ a nemají tedy dokončené vysokoškolské vzdělání ani pracovní praxi, mají šanci získat relativně dobře placené brigády jako hostesky či asistentky. Zároveň je možné, že rodiny na studentky kladou menší nároky ohledně ekonomického osamostatňování se než na mužské potomky. Naopak mladí muži mohou cítit jistý tlak na ekonomickou soběstačnost, kdy například pokud se uchází o dívku, tak v konkurenci se starším, již dostudovaným a vydělávajícím mužem mají nejen ve finanční oblasti jistý handicap.

Další příčinou tohoto rozdílu může být vyšší svědomitost mladých žen, která jim pomáhá při studiu na VŠ, díky čemuž méně prokrastinují (Foktová, 2013) a mohou tak být studijně úspěšnější, což také může přispět k jejich vyšší osobní pohodě. Údaj o vyšší prokrastinaci studentů jsem si dovolila čerpat z bakalářské práce, jelikož autorka provedla svůj výzkum na obdobném vzorku jako je ten, ze kterého čerpám já, tedy na českých studentech státní vysoké školy, a je proto relevantnější než studie provedené vědeckými kapacitami, avšak v zahraničí.

Jistě by bylo vhodné na základě poznatku o vyšší spokojenosti mladých studentek oproti studentům navázat výzkumem, který by blíže mapoval příčiny tohoto rozdílu. Je například zajímavé, že studentky mají vyšší well-being navzdory vyššímu neuroticismu, který s well-beingem negativně koreluje (Costa 1980; DeNeve, 1998; Hřebíčková, 2010)

Korelace 0,602 mezi metodami SWLS a PWB je v souladu se zjištěním Garcia (2006), kterému na souboru adolescentů, mladších v průměru o 3 roky než byl výzkumný soubor v této práci, vyšla při použití stejných metod korelace $r=0,65$.

Li a kol.(2015) zdůrazňují vliv sebevědomí na well-being a jeho moderující úlohu mezi extravertí a well-beingem. V této studii zároveň došli ke stejnému poznatku, který se ukázal i zde, tedy že extraverte je silnější determinant osobní pohody u mužů než u žen, a to ačkoli použili metodu The General Well-being Schedule, vycházející z přístupu SWB, zatímco v této diplomové práci se signifikantní rozdíl neprokázal u SWB, ale u PWB. Li a kol.(2015) uvádí, že nemají informaci o tom, že by k tomuto závěru dospěl i nějaký jiný výzkum. Soudí proto, že se jedná o jedinečnost vycházející z čínské společnosti a kultury, kde je mužům dávána větší sociální, na vnější svět orientovaná odpovědnost a ženám větší rodinná zodpovědnost. Proto jsou dle autorek

dobré sociální vztahy a vysoká extraverte pro muže důležitější než pro ženy. S autorkami souhlasím v tomto druhém bodě, tedy že pro mužovu spokojenost je důležitější obstat ve společenském životě skrze extraverti, avšak jak se ukázalo v empirické části mého výzkumu, nejedná se pouze o čínské specifikum. I v západní kultuře je u mužů více žádoucí extravertovanost, která se do značné míry kryje s vnímáním správného mužného chování, tedy maskulinní role. Drobným historicko-kulturním důkazem budiž rčení: „Panenko sedávej v koutě, budeš-li hodná, najdou tě“, které nemá svoji přechýlenou verzi, která by hovořila o tom, že v koutě bude nalezen i sedící mládenec.

Překvapivé je, že u přívětivosti se naopak genderový rozdíl v korelaci se well-beingem neprokázal, ačkoli ženy dosáhly signifikantně vyššího skóru přívětivosti. Pokud bychom nahlíželi na toto zjištění skrze optiku dělení osobnostních rysů dle Costa a McCrae (1991), ve které je přívětivost řazena mezi instrumentální rysy, které přispívají k tomu, že jedinec získá to, co mu zkvalitní život, mohli bychom výsledek interpretovat tak, že přívětivost pomůže mužům i ženám stejnou měrou získat to, co potřebují ke spokojenému životu. V naší kultuře a společnosti je přívětivost pozitivně vnímána u obou pohlaví, a tak tedy může ženám i mužům otevírat dveře k dobrým vztahům, pozitivnímu vnímání vlastní osoby, ocenění od okolí i různým výhodám z toho plynoucích. Vyslovuji proto domněnku, že v patriarchálních a mužsky dominantně-agresivnějších a zároveň žensky méně emancipovaných společnostech by se genderový rozdíl v korelátech přívětivosti a well-beingu vyskytl.

Ačkoli Felstein (1998) neprokázal, že by některá z copingových strategií měla genderově rozdílnou souvislost se stresem a depresí, v tomto výzkumu se ukázalo, že ženy nejen více využívají emoční podporu, ale také u nich signifikantně pozitivněji koreluje s well-beingem. Je ovšem nutno poznamenat, že byť je tento genderový rozdíl statisticky významný, tak samy korelace jsou velmi nízké. U mužů je korelace téměř nulová ($r=0,055$), tedy značí nezávislost, a u žen sice pozitivní a signifikantní na hladině 0,01, ale přesto stále velmi malá ($r=0,105$). Pokud by se výzkum prováděl na nižším počtu probandů, tato signifikance by nevznikla. Je proto tedy otázkou, zdali je vhodné vyvozovat závěry z rozdílu dvou takto nízkých korelací. Osobně se domnívám, že nikoli.

Další statisticky významný rozdíl v korelátech se potvrdil u aktivního copingu, který sice obě pohlaví využívají na obdobné úrovni a v obou případech pozitivně koreluje s well-beingem, u mužů však signifikantněji. Jinými slovy můžeme říci, že muži s nižší osobní pohodou méně využívají aktivní coping, zatím co muži s vyšší osobní pohodou využívají aktivní coping více. Bohužel nelze říci, zdali aktivní coping vede k vyššímu well-beingu nebo vyšší well-being k aktivnímu copingu. Osobně se domnívám, že zde existuje obdobná provázanost mezi aktivním přístupem k problému a well-beingem, jakou Soto (2015) předpokládá u well-beingu a rysů osobnosti.

Poslední zmiňovaný poznatek v podstatě dává za pravdu „lidové moudrosti“, která říká, že pokud se vyskytne problém, je pro muže důležitější jít a aktivně pracovat na jeho odstranění. Porovnání hrubých skóre sice ukázalo, že muži a ženy využívají aktivní coping stejnou měrou, test rozdílů korelací s well-beingem ukázal, že u mužů existuje silnější pozitivní vztah mezi touto copingovou strategií a osobní pohodou.

Je pozoruhodné, že všechny pozorované rozdíly v korelátech byly signifikantní vždy jen u jednoho z dotazníků well-beingu. Je obtížné a možná by bylo až zavádějící snažit se to interpretovat ve vztahu ke korelátům jako takovým. Spíše to poukazuje na určitou rozdílnost těchto metod, potažmo konstruktů, a upozorňuje na fakt, že poznatky získané z výzkumů, používajících pouze jednu z metod, nelze zevšeobecňovat.

8.2 Přednosti a limity výzkumu

Výsledky výzkumu jsou zcela jistě ovlivněny vybraným výzkumným souborem osob, zvolenou baterií psychologických metod i způsobem statistického zpracování. Vzhledem k tomu, že výzkumu se účastnili jen mladí lidé studující vysokou školu, tedy poměrně úzce vymezená část populace, nelze z něj odvozovat závěry platné pro celou českou populaci. Výběr osob na základě dobrovolnosti ovlivní, jaké osoby se zúčastní a dlouhá doba potřebná k vyplnění všech předložených dotazníků, což je 60-90 minut, také může způsobit zkreslení výsledků. Například osoby s vysokým rysem přívětivosti budou pravděpodobně ochotny věnovat více svého času ve prospěch studie, ze které samy žádný benefit nemají. Dále je tak prokázáno, že lidé s lepší náladou jsou více ochotni chovat se altruisticky (Shaffer, Graziano, 1983), tedy na úkor sebe sama udělat něco pro druhé, a taktéž existuje vztah mezi well-beingem a altruismem (Pareek, Jain,

2012), tudíž se domnívám, že osoby, které vyplnily všechny dotazníky, skórují ve well-beingu výše než je průměr nejen v celé populaci, ale i mezi vysokoškolskými studenty jako takovými.

Sada dotazníků, obsahující jak otázky na demografické charakteristiky, tak různé osobnostní inventáře, měla rozsah 22 stran A4. Takto veliký rozsah má nejen nesporný negativní vliv na návratnost, kdy řada osob vyplňování předčasně ukončí, ale také na pečlivost, se kterou probandi věnují čtení instrukcí i jednotlivých položek. Pravděpodobně ve snaze udržet celkovou délku v přijatelných mezích však autoři v některých případech zvolili kratší verzi dotazníku, což zejména v případě Scales of Psychological Well-being nepovažují za nejšťastnější řešení, jelikož u použité 18 položkové verze nelze vyhodnocovat jednotlivé škály zvlášť a získat tak další cenné informace.

Jelikož subjektivní well-being lze měřit dotazníky od mnoha autorů a pro psychologický well-being sama Ryffová vyvinula několik dotazníků s velmi odlišnými počty položek, je jakékoli srovnávání SWB a PWB spíše srovnáváním použitých metod a formulací. Škála SWLS se skládá z pěti poměrně jednoduše formulovaných a snadno pochopitelných položek. Zjednodušeně řečeno se ptá, do jaké míry je člověk spokojený se životem, má co si přeje, žije v uspokojivých podmínkách a téměř tak, jak považuje za ideální. Výhody této škály vidím v její jednoznačnosti a jasném vztahu ke spokojenému životu. Naopak však svojí stručností a určitou povrchností nevede vyplňujícího k hlubšímu zamyšlení a je tedy možné, že osoba, která nemá ve zvyku introspektivně vnímat své pocity, zůstane příliš na povrchu a například odpoví, že je se svým životem spokojená, ačkoli ji vlastně řada věcí velmi trápí, jen si je po většinu času neuvědomuje. Položky v šestidimenzionální škále Ryffové se jedince doptávají a tak lépe mapují spokojenost v různých oblastech jeho života. Ovšem formulace v použité přeložené verzi jsou poněkud akademické, mohou působit nejednoznačně a obsahují odborné termíny „frustrující“, „deprimující“ a „aspekty osobnosti“ a tak zejména jedinci s nižším nebo nehumanitním vzděláním nemusí přesně vědět, co znamenají. Dále postrádám ve škále prostou otázku na celkový pocit spokojenosti se životem jako celkem, která je podle mého názoru nezastupitelná a do dotazníku well-beingu patří. Vidím zde jistou paralelu s Watermanem a kol.(2008) a jejich názorem, že ne všechno hedonické štěstí pochází z eudaimonického žití. Vzhledem k výše popsanému souhlasím s názorem řady

autorů, že škály SWLS a PWB se vzájemně doplňují. Ovšem nabízí se tak otázka, zdali by spíše nebylo pro praktické využití lepší mít jeden sjednocený přístup a jednu metodu, která by pozitiva obou škál spojovala. Překlad well-beingu, který v této práci používám, tedy „osobní pohoda“, je dle mého mínění velice dobrý a pro Čechy srozumitelný. V dotazníku osobní pohody bych pokládala za vhodné i použití laikům dobře pochopitelného slovního spojení „pohodový život“.

Souhlasím s Ryffovou, že jmenovaných 6 dimenzí je pro osobní pohodu jedince klíčových. Avšak mám jisté pochybnosti o způsobu, jakým pracuje s autonomií. Otázky, které škálu sytí, jsou:

8. Mám tendenci nechávat se ovlivnit lidmi s výraznými a pevnými názory.
11. Mám důvěru ve své názory, a to i tehdy, jsou-li v rozporu s obecně akceptovaným názorem.
17. Posuzuji sám/sama sebe podle toho, co považuji za důležité já, nikoli podle hodnot, které považují za důležité ostatní.

Osmá položka je skórována reverzně. Vidíme tedy, že osoba, která vysoko skóruje v dimenzi autonomie, si pevně stojí za svými názory a nenechá se znejistit míněním ostatních lidí. Takový postoj sice může dotyčného na jednu stranu naplňovat a nalezneme jej nejspíše u toho, kdo má jistou vnitřní hrdost a silné přesvědčení o své pravdě a díky autonomii svých názorů se například nebude vysilovat snahou být stále dle diktátu poslední módy a takzvaně „in“. Avšak nedomnívám se, že v případě této škály platí „čím více, tím lépe“. Nejvyšších skóre zde totiž nejspíše dosáhne ten, koho jeho okolí považuje za tvrdohlavého a nepřístupného jiným názorům, což může zhoršovat jeho vztahy s blízkými lidmi a tím pádem na osobní pohodu působit až kontraproduktivně.

V neposlední řadě musím zmínit relativně vysoký počet probandů, který je pozitivem a zároveň i jistým negativem. Získané výsledky jsou více reprezentativní než u malých vzorků, avšak je potřeba brát v potaz, že vlivem takto vysokého počtu respondentů při použití korelací a testů hypotéz vychází jako statisticky významné i malé rozdíly, které však mají nízkou věcnou významnost a užitečnost v reálném světě.

Přínos této diplomové práce spatřuji především v konkrétních výsledcích výzkumného šetření, které přispívají k lepšímu poznání fenoménu osobní pohody, a umožňují srovnání s výsledky zahraničních studií. Výzkum dále může napomoci k vysvětlení některých genderových odlišností a naopak i toho, v čem se muži a ženy od sebe neliší.

8.3 Implikace pro další výzkum

Z informací, získaných studiem literatury i zpracováním empirické části této diplomové práce, se formuje řada otázek a potenciálních hypotéz, které mohou sloužit jako podněty pro další výzkumy.

Garcia (2006) se domnívá, že korelace SWLS a PWB se s věkem probandů snižuje. Vychází ovšem ze studií, které používaly k měření SWB jiné metody, než je SWLS. Bylo by tedy vhodné vytvořit studii, která by za použití metod SWB a více než 18 položkového dotazníku PWB porovnála korelace u různých věkových skupin, nejlépe pro muže a pro ženy zvlášť. Delší variantu dotazníku PWB doporučuji proto, aby bylo možné zkoumat vztah jednotlivých dimenzí vůči SWLS a jejich proměny v čase.

Rozdíly v úrovni osobní pohody mezi muži a ženami se liší dle země, ve které žijí, a její ekonomické úrovně (Graham a kol., 2013). Až na ekonomicky slabé země se zpravidla u žen ukazuje vyšší hladina well-beingu. Bylo by však zajisté zajímavé provést šetření, jak se liší koreláty well-beingu, zejména ve vztahu k osobnostním rysům, v různých kulturách. Li a kol. (2015) se domnívají, že vyšší vztah extraverte a well-beingu u mužů je záležitost typická pro čínskou kulturu, avšak tento výzkum ukázal, že tomu tak není a tento jev se vyskytuje i u mladých českých studentů.

Explorační analýza ukázala nejsilnější genderový rozdíl v korelaci hodnotového typu vyššího řádu konzervace a PWB. Pokud je mi známo, tento výzkum je první, který se za použití Schwartzova kruhového modelu a metody PVQ zaměřil na hodnoty jako na koreláty well-beingu. Na základě zjištěných poznatků by tedy bylo jistě přínosné tento vztah podrobit bližšímu šetření, a to nejlépe za použití vícepoložkových škál psychologického well-beingu, které by umožnily identifikovat, které z dimenzí PWB se podílí jakou měrou na tomto rozdílu.

9 Závěr

Výzkum v předložené diplomové práci potvrdil vyšší psychologický well-being u mladých žen a poznatky některých autorů o korelaci mezi koncepty SWB a PWB. Zároveň však také ukázal, že mezi těmito přístupy jsou odlišnosti. Ověřované genderové rozdíly mezi korelacemi well-beingu a vybranými zdroji se ukázaly být statisticky signifikantní vždy jen u jednoho přístupu. Osobnostní rys extravertze a aktivní copingová strategie pozitivně korelovaly signifikantně silněji u mužů než u žen při použití metody měřící psychologický well-being. Copingová strategie užívání emoční podpory ukázala signifikantně silnější pozitivní vztah s well-beingem u žen v rámci přístupu subjektivního well-beingu. Naopak žádný statisticky významný rozdíl mezi pohlavími se neprokázal ve vztahu well-beingu s osobnostním rysem přívětivost. Explorační analýza odhalila několik genderově odlišných korelátů well-beingu a její výsledky mohou být v budoucnosti využity pro formulování dalších výzkumných otázek a hypotéz. Největší genderový rozdíl se vyskytl u hodnotového typu vyššího řádu konzervace, který je tvořen hodnotami bezpečí, konformita a tradice a u mužů se jeho důležitost více pojí s nízkým subjektivním i psychologickým well-beingem.

10 Souhrn

Ve své diplomové práci jsem si kladla za cíl zjistit, jaké jsou genderové rozdíly v korelátech osobní pohody. Dílčími cíli také bylo explorovat oblast genderových rozdílů vztahu mezi well-beingem a hodnotami a ověřit míru korelace dotazníkových metod vycházejících ze dvou aktuálně nepoužívanějších přístupů k well-beingu,

V teoretické části práce jsem nejprve shrnula filosofickou historii a vědeckou současnost pojetí osobní pohody. Následně jsem se zaměřila na zdroje osobní pohody s hlavním důrazem na ty, které jsou zkoumány v empirické části. Třetí kapitolu jsem věnovala výkladu rozdílů mezi pohlavími a teoriím genderu, genderových rolí a stereotypů. Krátce jsem se také dotkla problematiky intersexuality, která sice s empirickou částí mé diplomové práce nesouvisí, ale dle mého názoru si zaslouží, aby se dostala více do povědomí. Teoretickou část jsem uzavřela čtvrtou kapitolou, která shrnuje výzkumy věnující se well-beingu, osobnostním rysům, copingovým strategiím a hodnotovým prioritám z hlediska genderových rozdílů.

V empirické části jsem na základě nejrelevantnějších výzkumů (Garcia, 2006; Hřebíčková a kol., 2010; McMahan a kol., 2013; Li a kol., 2015; Felstein, 1998) formulovala 10 hypotéz. Také jsem vyslovila 2 otázky pro explorační analýzu.

Následně jsem zpracovala, vyhodnotila a interpretovala data z 5 dotazníkových metod, která byla získána v rámci velkého výzkumného šetření zastřešeného vědeckými kapacitami z Psychologického ústavu Akademie věd ČR, Psychologického ústavu FF MU a Katedry psychologie FF UK.

První metoda, The Satisfaction With Life Scale, česky zvaná Škála spokojenosti se životem, zastupuje přístup subjektivního well-beingu, a proto je v empirické části označována zkratkou SWB. Tento subjektivní well-being je definován jako osobní kognitivní a emoční hodnocení vlastního života a zahrnuje prožívání příjemných emocí, nízkého množství nepříjemných emocí a vysokou životní spokojenost (Diener, Lucas, Oishi, 2002). Druhá metoda, metoda Scales of Psychological Well-being, byla vytvořena Carol Ryffovou pro měření psychologického well-beingu, je v empirické části označována jako PWB a skládá se z dimenzí sebepřijetí, pozitivních vztahů s druhými, autonomie, zvládání životního prostředí, smyslu života a osobního růstu

(Ryff, Keyes, 1995). Skóry těchto inventářů jsem korelovala se skóry jednotlivých dimenzí osobnostního inventáře NEO FFI, dotazníku mapujícího copingové metody Brief COPE a dotazníku hodnotových portrétů PVQ. Pro tyto korelační koeficienty, provedeny pro každé pohlaví zvlášť, jsem následně provedla testy statistické významnosti, abych ověřila, zdali jsou zjištěné genderové rozdíly signifikantní.

Zjistila jsem, že v souladu s poznatkem Garcia (2006) SWLS a 18 položkový dotazník PWB spolu značně korelují. Garcia u adolescentů našel korelaci $r=0,65$, v našem souboru, který byl v průměru o 3 roky starší, byla objevena korelace $r=0,602$.

V tomto výzkumu se ukázalo, že u studentů extraverte silněji koreluje s psychologickým well-beingem než u studentek. Tento výsledek tedy vyvrací názor Li a kol.(2015), které se domnívaly, že se jedná o čínské specifikum vycházející z čínské kultury a společenských tradic.

Naopak se neprokázal genderový rozdíl v míře vztahu mezi přívětivostí a well-beingem.

Ačkoli ženy užívají emoční oporu při zvládání náročných životních situací častěji než muži a také u nich signifikantně výrazněji koreluje s well-beingem, nepovažuji tento rozdíl v korelaci za příliš věcně významný. Naopak aktivní coping využívají obě pohlaví stejnou měrou, avšak u mužů tento způsob zvládání obtíží silněji pozitivně koreluje s PWB ($r=0,421$).

V diskuzi podrobněji komentuji a interpretuji zjištěné výsledky a omezení výzkumu. Diskuzní kapitolu uzavírám řadou podnětných implikací pro další výzkum, které pocházejí jak ze studia literatury, tak z poznatků získaných v empirické části.

Přínos diplomové práce spatřuji především v konkrétních výsledcích výzkumného šetření, které přispívají k lepšímu poznání fenoménu osobní pohody, genderových odlišností v jejích korelátech a naopak i vlastnostem, ve kterých se muži a ženy od sebe neliší.

IV LITERATURA

ARISTOTELÉS. *Etika Níkomachova*. 2. rozš. vyd. Překlad Antonín Kříž. Praha: P. Rezek, 1996. ISBN 80-901-7967-3.

BAČOVÁ, Viera. 2008. Problematika rodu v psychologii - Sociální psychologie ženy a muže. In: VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, s. 161-180. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

BATRINOS, Menelaos L. 2012. Testosterone and aggressive behavior in man. *International Journal of Endocrinology*. **10**(3), 563-568. DOI: 10.5812/ijem.3661. ISSN 1726913x. Dostupné také z: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3693622/>

BLANCHFLOWER, David G. a Andrew J. OSWALD. 2004. *Money, Sex, and Happiness: An Empirical Study* [online]. National Bureau of Economic Research [cit. 2016-05-30]. Dostupné z: <http://www.nber.org/papers/w10499.pdf>

BLATNÝ, Marek, Tomáš KOHOUTEK a Petra JANUŠOVÁ. 2002. Situačně kognitivní a osobnostní determinanty chování v zátěžové situaci. *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **46**(2), s. 97-108. ISSN 0009-062X.

BLATNÝ, Marek. 2005. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-866-3335-7.

BLATNÝ, Marek, Martin JELÍNEK a Martina HŘEBÍČKOVÁ. 2009. Osobnostní koreláty subjektivní (SWB) a psychologické (PWB) pohody. In: GOLECKÁ, L., J. GURŇÁKOVÁ a I. RUSEL. *Sociálne procesy a osobnosť 2008. Zborník z konferencie*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV, 299 – 307. ISBN 978-80-88910-26-8.

BLATNÝ, Marek. 2010. *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3434-7.

BLATNÝ, Marek (ed.). 2015. *Personality and well-being across the life-span*. New York, NY: Palgrave Macmillan. ISBN 978-1-137-43995-6.

BRICKMAN, Philip, Dan COATES a Ronnie JANOFF-BULMAN. 1978. Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*. **36**(8), 917-927. DOI: 10.1037/0022-3514.36.8.917. ISSN 0022-3514. Dostupné také z: http://pages.ucsd.edu/~nchristenfeld/Happiness_Readings_files/Class%203%20-%20Brickman%201978.pdf

BRINKMANN, Lisa, Karsten SCHUETZMANN a Hertha RICHTER-APPELT. 2007. Original research: Intersex and gender identity disorders: Gender Assignment and Medical History of Individuals with Different Forms of Intersexuality. *The Journal of Sexual Medicine*. **4**(4), 964-980. DOI: 10.1111/j.1743-6109.2007.00524.x. ISSN 17436095. Dostupné také z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1743609515315976>

BRYSON, Alex, John FORTH a Lucy STOKES. 2014. *Does worker wellbeing affect workplace performance?* [online]. National Institute of Economic and Social Research [cit. 2016-06-01]. Dostupné z: https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/366637/bis-14-1120-does-worker-wellbeing-affect-workplace-performance-final.pdf

BURNS, Richard A. a M. Anthony MACHIN. 2009. Investigating the Structural Validity of Ryff's Psychological Well-Being Scales Across Two Samples. *Social Indicators Research*. **93**(2), 359-375. DOI: 10.1007/s11205-008-9329-1. ISSN 0303-8300. Dostupné také z: https://eprints.usq.edu.au/4424/1/Burns_Machin_SV.pdf

CAKIRPALOGLU, Panajotis. 2004. *Psychologie hodnot*. Olomouc: Votobia. ISBN 80-722-0195-6.

CARVER, Charles S., Michael F. SCHEIER a Jagdish K. WEINTRAUB. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. **56**(2), 267-283. DOI: 10.1037/0022-3514.56.2.267. ISSN 0022-3514. Dostupné také z: http://129.171.58.17/media/college-of-arts-and-sciences/content-assets/psychology/documents/faculty/p89_COPE.pdf

CARVER, Charles S. 1997. You want to measure coping but your protocol' too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*. **4**(1), 92-100. DOI: 10.1207/s15327558ijbm0401_6. ISSN 1070-5503. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/7515511_Carver_CS_You_want_to_measure_coping_but_your_protocol's_too_long_Consider_the_brief_COPE

CLARK, Andrew E, Paul FRIJTERS a Michael A SHIELDS. 2008. Relative Income, Happiness, and Utility: An Explanation for the Easterlin Paradox and Other Puzzles. *Journal of Economic Literature*. **46**(1), 95-144. DOI: 10.1257/jel.46.1.95. ISSN 0022-0515. Dostupné také z: <http://ftp.iza.org/dp2840.pdf>

COHEN, Aaron a Orit SHAMAI. 2010. The relationship between individual values, psychological well-being, and organizational commitment among Israeli police officers. *Policing: An International Journal of Police Strategies*. **33**(1), 30-51. DOI: 10.1108/13639511011020584. ISSN 1363-951x. Dostupné také z: http://poli.haifa.ac.il/~acohen/docs/policing_published.pdf

COLMAN, Andrew M. 2009. *A dictionary of psychology*. 3rd ed. Oxford: Oxford University Press. Oxford paperback reference. ISBN 978-0-19-953406-7.

COSTA, Paul T. a Robert R. MCCRAE. 1980. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*. **38**(4), 668-678. DOI: 10.1037/0022-3514.38.4.668. ISSN 0022-3514.

COSTA, Paul, Jr., Antonio TERRACCIANO a Robert R. MCCRAE. 2001. Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*. **81**(2), 322-331. DOI: 10.1037//0022-3514.81.2.322. ISSN 0022-3514. Dostupné také z: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.463.9292&rep=rep1&type=pdf>

DABBS, James a Marian F. HARGROVE. 1997. Age, Testosterone, and Behavior Among Female Prison Inmates. *Psychosomatic Medicine*. **59**(5), 477-480. DOI: 10.1097/00006842-199709000-00003. ISSN 0033-3174. Dostupné z databáze Ovid.

DENEVE, Kristina M. a Harris COOPER. 1998. The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*. **124**(2), 197-229. DOI: 10.1037/0033-2909.124.2.197. ISSN 0033-2909.

DÍAZ, Darío, Maria STAVRAKI, Amalio BLANCO a Beatriz GANDARILLAS. 2015. The eudaimonic component of satisfaction with life and psychological well-being in Spanish cultures. *Psicothema*. **27**(3), 247-253. DOI: 10.7334/psicothema2015.5. Dostupné také z: <http://www.redalyc.org/pdf/727/72741183007.pdf>

DIENER, Ed. 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. **95**(3), 542-575. DOI: 10.1037/0033-2909.95.3.542. ISSN 0033-2909. Dostupné také z: http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener_1984.pdf

DIENER, Ed, Robert A. EMMONS, Randy J. LARSEN a Sharon GRIFFIN. 1985. The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. **49**(1), 71-75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13. ISSN 0022-3891. Dostupné také z: http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener-Emmons-Larsen-Griffin_1985.pdf

DIENER, Ed, Richard E. LUCAS a Nigehiro OISHI. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In: *The handbook of positive psychology*. Oxford University Press, 2002, s. 63-73. Dostupné také z: http://greatergood.berkeley.edu/images/application_uploads/Diener-Subjective_Well-Being.pdf

DIENER, Ed, Richard E. LUCAS a Nigehiro OISHI. 2002. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In: *The handbook of positive psychology*. Oxford University Press, s. 63-73. Dostupné také z: http://greatergood.berkeley.edu/images/application_uploads/Diener-Subjective_Well-Being.pdf

DOLAN, Paul, Tessa PEASGOOD a Mathew WHITE. 2008. Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*. **29**(1), 94-122. DOI: 10.1016/j.joep.2007.09.001. ISSN 01674870. Dostupné také z: <https://www.iei.liu.se/nek/730g80/artiklar/1.421852/Happywhatmakesus.pdf>

DREGER, Alice Domurat. 2009. *Hermafroditi a medicínská konstrukce pohlaví*. Vyd. 1. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-040-9.

DURLAK, J. A. 2009. How to Select, Calculate, and Interpret Effect Sizes. *Journal of Pediatric Psychology*. **34**(9), 917-928. DOI: 10.1093/jpepsy/jsp004. ISSN 0146-8693. Dostupné také z: <http://jpepsy.oxfordjournals.org/content/early/2009/02/16/jpepsy.jsp004.full>

ENDLER, Norman S. a James D. PARKER. 1990. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*. **58**(5), 844-854. DOI: 10.1037//0022-3514.58.5.844. ISSN 0022-3514. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/20808460_Multi-Dimensional_Assessment_of_Coping_A_Critical_Evaluation

ENGLBRECHT, Matthias, Laure GOSSEC, Anita DELONGIS, Marieke SCHOLTE-VOSHAAR, Tuulikki SOKKA, Tore K. KVIEN a Georg SCHETT. 2012. The Impact of Coping Strategies on Mental and Physical Well-Being in Patients with Rheumatoid Arthritis. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*. **41**(4), 545-555. DOI: 10.1016/j.semarthrit.2011.07.009. ISSN 00490172. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/221838581_The_Impact_of_Coping_Strategies_on_Mental_and_Physical_Well-Being_in_Patients_with_Rheumatoid_Arthritis

FAUSTO-STERLING, Anne. 2000. *Sexing the body: gender politics and the construction of sexuality*. 1st ed. New York: Basic books. ISBN 04-650-7714-5. Dostupné také z: <https://libcom.org/files/Fausto-Sterling%20-%20Sexing%20the%20Body.pdf>HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Třetí, aktualizované vydání. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0873-0.

FELSTEN, Gary. 1998. Gender and coping: Use of distinct strategies and associations with stress and depression. *Anxiety, Stress, and Coping*. **11**(4), 289-309. DOI: 10.1080/10615809808248316. ISSN 1061-5806. Dostupné také z: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10615809808248316>

FOKTOVÁ, Nikola. 2013. *Ekonomie akademické prokrastinace studentů bakalářského studia NF VŠE v Praze*. Praha. Bakalářská práce. Vysoká škola ekonomická. Vedoucí práce Ing. Helena Chytilová.

FOTOPOULOS, Christos, Athanasios KRYSTALLIS a Pagiaslis ANASTASIOS. 2011. Portrait value questionnaire's (PVQ) usefulness in explaining quality food-related consumer behavior. *British Food Journal*. **113**(2), 248-279. DOI: 10.1108/00070701111105330. ISSN 0007-070x. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/228312494_Portrait_Value_Questionnaire's_PVQ_Usefulness_in_Explaining_Quality_Food-Related_Consumer_Behavior

FUJITA, Frank, Ed DIENER a Ed SANDVIK. 1991. Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality*

and Social Psychology. **61**(3), 427-434. DOI: 10.1037/0022-3514.61.3.427. ISSN 1939-1315. Dostupné také z: <http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/0022-3514.61.3.427>

GARCIA, Danilo. 2006. *Determinants of well-being: An experimental study among adolescents*. Institution of Social Sciences, Vaxjö Universitet, Psychology, , 61-80. Dostupné také z: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:207089/FULLTEXT01.pdf>

GARDNER, Jonathan a Andrew J. OSWALD. 2007. Money and mental wellbeing: A longitudinal study of medium-sized lottery wins. *Journal of Health Economics*. **26**(1), 49-60. DOI: 10.1016/j.jhealeco.2006.08.004. ISSN 01676296. Dostupné také z: http://www.stat.columbia.edu/~gelman/stuff_for_blog/GardOsJHElotteryproofs06.pdf

GONZÁLEZ GUTIÉRREZ, José Luis, Bernardo Moreno JIMÉNEZ, Eva Garrosa HERNÁNDEZ a Cecilia Penacoba PUENTE. 2005. Personality and subjective well-being: big five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*. **38**(7), 1561-1569. DOI: 10.1016/j.paid.2004.09.015. ISSN 01918869

GRAHAM, Carol a Soumya CHATTOPADHYAY. 2013. Gender and well-being around the world. *International Journal of Happiness and Development*. **1**(2), 212-. DOI: 10.1504/IJHD.2013.055648. ISSN 2049-2790. Dostupné také z: <http://www.inderscience.com/link.php?id=55648>

GURKOVÁ, Elena. 2011. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3625-9.

GUSTEMS-CARNICER, Josep a Caterina CALDERÓN. 2013. Coping strategies and psychological well-being among teacher education students Coping and well-being in students. *European Journal of Psychology of Education*. **28**(4), 1127-1140. DOI: 10.1007/s10212-012-0158-x. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/255696312_Coping_strategies_and_psycholo

gical_well-being_among_teacher_education_students_Coping_and_well-being_in_students

HARE-MUSTIN, Rachel T. a Jeanne MARECEK. 1988. The meaning of difference: Gender theory, postmodernism, and psychology. *American Psychologist*. **43**(6), 455-464. DOI: 10.1037/0003-066X.43.6.455. ISSN 1935-990x. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/232519344_The_Meaning_of_Difference_Gender_Theory_Postmodernism_and_Psychology

HEADEY, Bruce a Alex WEARING. 1992. *Understanding happiness*. Addison Wes Long USA: Longman Cheshire. ISBN 05-828-7508-0. Dostupné také z: http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_bib/freetexts/headey_b_1992.pdf

HENDL, Jan. 2012. *Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat*. 4., rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0200-4.

HINES, Melissa. Sex-related variation in human behavior and the brain. 2010. *Trends in Cognitive Sciences*. **14**(10), 448-456. DOI: 10.1016/j.tics.2010.07.005. ISSN 13646613. Dostupné také z: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2951011/>

HNILICA, Karel. Konflikt hodnot a kvalita života. 2000. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **44**(5), s. 385-403. ISSN 0009-062X.

HNILICA, Karel, Markéta RENDLOVÁ, Tereza BARIKZAHYOVÁ a Marek M. HNILICA. 2006. Životní standard, individualistické hodnoty a spokojenost se životem. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **50**(3), s. 201-217. ISSN 0009-062X.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina a Tomáš URBÁNEK. 2001. *NEO pětifaktorový osobnostní inventář: (podle NEO Five-Factor Inventory P. T. Costy a R. R. McCrae)*. Praha: Testcentrum. ISBN 80-86471-06-3.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina, Marek BLATNÝ a Martin JELÍNEK. 2010. Osobnost jako prediktor osobní pohody v dospělosti. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **54**(1), s. 31-41. ISSN 0009-062X.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina. 2010. Nové přístupy ke zkoumání rysů: pětifaktorový model. In: BLATNÝ, Marek a kolektiv. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada, 43-70. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3434-7.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina. 2011. *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti: přístupy, diagnostika, uplatnění*. Praha: Grada, Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3380-7.

INGLEHART, R. 2002. Gender, Aging, and Subjective Well-Being. *International Journal of Comparative Sociology*. **43**(3-5), 391-408. DOI: 10.1177/002071520204300309. ISSN 0020-7152. Dostupné také z: <http://cos.sagepub.com/cgi/doi/10.1177/002071520204300309>

KEYES, Corey L. M., Dov SHMOTKIN a Carol D. RYFF. 2002. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **82**(6), 1007-1022. DOI: 10.1037//0022-3514.82.6.1007. ISSN 0022-3514. Dostupné také z: <http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/0022-3514.82.6.1007>

KEBZA, Vladimír. 1997. *Zvládání stresu*. Praha: Státní zdravotní ústav. Poradny zdravého životního stylu. ISBN 80-707-1042-X.

KEBZA, Vladimír a ŠOLCOVÁ, Iva. 2003. Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **47**(4), s. 333-345. ISSN 0009-062X.

KESSLER, R. 2003. Epidemiology of women and depression. *Journal of Affective Disorders*. **74**(1), 5-13. DOI: 10.1016/S0165-0327(02)00426-3. ISSN 01650327. Dostupné také z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0165032702004263>

KLEIN, Zdeněk. 1995. Terciární znaky sexuálního dimorfismu člověka. *Živa: časopis pro biologickou práci*. Praha: Academia, (2), 89-90. ISSN 00444812.

KNOPPEN, Desirée a Willem SARIS. 2009. Do we have to combine Values in the Schwartz' Human Values Scale? A Comment on the Davidov Studies. *Survey Research Methods*. European Survey Research Association, **3**(2), 91-103. ISSN 1864-3361.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 2013. *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada, Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4436-0.

LAZARUS, Richard S. 1999. *Stress and emotion: a new synthesis*. Illustrated edition. New York: Springer. ISBN 0-8261-0261-1.

LEWIS, Christopher A., Mark E. SHEVLIN, Vladimír SMĚKAL a Martin J. DORAHY. 1999. Factor structure and reliability of a Czech translation of the Satisfaction With Life Scale among Czech university students. *Studia psychologica*. Bratislava: Slovak Academy of Sciences, **41**(3), 239-244.

LI, Yuan, Jijun LAN a Chengting JU. 2015. Self-esteem, Gender, and the Relationship Between Extraversion and Subjective Well-Being. *Social Behavior and Personality: an international journal*. **43**(8), 1243-1254. DOI: 10.2224/sbp.2015.43.8.1243. ISSN 03012212. Dostupné také z: <http://openurl.ingenta.com/content/xref?genre=article>

LIPPA, Richard A. 2009. *Pohlaví: příroda a výchova*. Praha: Academia. ISBN 978-80-200-1719-2.

LISÁ, Lidka, Eva SEEMANOVÁ a Anna ZUNTOVÁ. 2004. *Poruchy funkce gonád*. Praha: Triton. ISBN 80-725-4451-9.

MAREŠ, Jiří. 2001. Zvládání zátěže pomocí strategie záměrného sebeznevýhodňování. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **45**(4), s. 311-322. ISSN 0009-062X.

MCKEE-RYAN, Frances, Zhaoli SONG, Connie R. WANBERG a Angelo J. KINICKI. 2005. Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal of Applied Psychology*. **90**(1), 53-76. DOI: 10.1037/0021-9010.90.1.53. ISSN 0021-9010. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/8089237_Psychological_and_Physical_Well-Being_During_Unemployment_A_Meta_Analytic_Study

MCMAHAN, Ethan A., Maggie D. RENKEN, Andree KEHN a Martina NITKOVA. 2013. Individual conceptions of well-being predict psychological and subjective well-being: Beyond the Big Five. SARRACINO, F. (ed.). *The Happiness Compass: Theories, Actions, and Perspectives for Well-Being*. Hauppauge, NY: Nova Science Publishers, s. 3-16. ISBN 978-1-62808-817-5. Dostupné také z: http://digitalcommons.wou.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1032&context=fac_pubs

MCCRAE, Robert R. a Paul T. COSTA. 1991. Adding Liebe und Arbeit: The Full Five-Factor Model and Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*. **17**(2), 227-232. DOI: 10.1177/014616729101700217. ISSN 0146-1672. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/247746194_Adding_Liebe_und_Arbeit_The_Full_Five-Factor_Model_and_Well-Being

MOTSHEGWA, Lesego a Gerald IMRAY. 2010. *Semenya cleared to return to track immediately* [online]. The Associated Press [cit. 2016-07-01].

OAKLEY, Ann. 2000. *Pohlaví, gender a společnost*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8403-6.

OKBAY, Aysu, Bart M L BASELMANS, Jan-Emmanuel DE NEVE, et al. 2016. Genetic variants associated with subjective well-being, depressive symptoms, and

neuroticism identified through genome-wide analyses. *Nature Genetics*. **48**(6), 624-633. DOI: 10.1038/ng.3552. ISSN 1061-4036.

OKUN, M. A., W. A. STOCK, M. J. HARING a R. A. WITTER. 1984. Health and Subjective Well-Being: A Meta-Analysis. *The International Journal of Aging and Human Development*. **19**(2), 111-132. DOI: 10.2190/QGJN-0N81-5957-HAQD. ISSN 0091-4150. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/16676124_Health_and_Subjective_Well-Being_A_Meta-Analysis

PAVOT, William a Ed DIENER. 1993. Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*. **5**(2), 164-172. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/profile/William_Pavot/publication/254734640_Review_of_the_Satisfaction_With_Life_Scale/links/551959760cf273292e714e9d.pdf

PAREEK, Snigdha a Madhu JAIN. 2012. Subjective Well-Being in Relation to Altruism and Forgiveness Among School Going Adolescents. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. **2**(5), 138-141. DOI: 10.5923/j.ijpbs.20120205.02. ISSN 2163-1948. Dostupné také z: <http://article.sapub.org/10.5923.j.ijpbs.20120205.02.html>

PELČÁK, Stanislav. 2013. *Osobnostní nezdolnost a zdraví*. Hradec Králové: Gaudeamus. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-342-0.

Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948.

PRŮCHA, Jan a Jaroslav VETEŠKA. 2012. *Andragogický slovník*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3960-1.

PTACEK, J. T., Ronald E. SMITH a John ZANAS. 1992. Gender, Appraisal, and Coping: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality*. **60**(4), 747-770. DOI: 10.1111/j.1467-6494.1992.tb00272.x. ISSN 0022-3506. Dostupné také z: <http://doi.wiley.com/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00272.x>

ROSS, J. L., G. A. STEFANATOS, H. KUSHNER, A. ZINN, C. BONDY a D. ROELTGEN. 2002. Persistent cognitive deficits in adult women with Turner syndrome. *Neurology*. **58**(2), 218-225. DOI: 10.1212/WNL.58.2.218. ISSN 0028-3878. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/11554374_Persistent_cognitive_deficits_in_a_dult_women_with_Turner_syndrome_Neurology

RUIGROK, Amber N.V., Gholamreza SALIMI-KHORSHIDI, Meng-Chuan LAI, Simon BARON-COHEN, Michael V. LOMBARDO, Roger J. TAIT a John SUCKLING. 2014. A meta-analysis of sex differences in human brain structure. *Neuroscience*. **39**, 34-50. DOI: 10.1016/j.neubiorev.2013.12.004. ISSN 01497634. Dostupné také z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0149763413003011>

RYAN, Richard M. a Edward L. DECI. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. **55**(1), 68-78. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.68. ISSN 1935-990x. Dostupné také z: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf

RYAN, Richard M. a Edward L. DECI. 2001. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*. **52**(1), 141-166. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.141. ISSN 0066-4308. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/12181660_On_Happiness_and_Human_Potentials_A_Review_of_Research_on_Hedonic_and_Eudaimonic_Well-Being

RYFF, Carol D. 1989. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*.

57(6), 1069-1081. DOI: 10.1037/0022-3514.57.6.1069. ISSN 1939-1315. Dostupné také z:

<http://mina.education.ucsb.edu/janeconoley/ed197/documents/ryffHappinessiseverythingorisit.pdf>

RYFF, Carol D. a Corey Lee M. KEYES. 1995. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. **69**(4), 719-727.

DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719. ISSN 1939-1315. Dostupné také z: <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>

RYFF, Carol D. a Burton H. SINGER. 2008. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. **9**(1), 13-39. DOI: 10.1007/s10902-006-9019-0. ISSN 1389-4978. Dostupné také z: <http://aging.wisc.edu/pdfs/1808.pdf>

RYFF, Carol D. 2014. Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. **83**(1), 10-28. DOI: 10.1159/000353263. ISSN 1423-0348. Dostupné také z: <http://www.karger.com?doi=10.1159/000353263>

ŘEHÁKOVÁ, Blanka. 2005. *Measuring value orientations with the use of S.H. Schwartz's value portraits*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky. ISBN 80-733-0071-0. Dostupné také z: <http://www.soc.cas.cz/en/publication/measuring-value-orientations-use-sh-schwartzs-value-portraits>

SACKS, Daniel W., Betsey STEVENSON a Justin WOLFERS. 2010. *Subjective Well-Being, Income, Economic Development and Growth* [online]. The National Bureau of Economic Research [cit. 2016-05-30]. Dostupné z: <http://www.nber.org/papers/w16441.pdf>

SAGIV, Lilach a Shalom H. SCHWATZ. 2000. Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effects. *Eur. J. Soc. Psychol.* **30**(2), 177–198.

DOI: 10.1002/(SICI)1099-0992(200003/04)30:2<177::AID-EJSP982>3.0.CO;2-Z.

Dostupné také z:

https://www.researchgate.net/publication/228079316_Value_Priorities_and_Subjective_Well-Being_Direct_Relations_and_Congruity_Effects

SHAFFER, David R. a William G. GRAZIANO. 1983. Effects of positive and negative moods on helping tasks having pleasant or unpleasant consequences. *Motivation and Emotion*. 7(3), 269-278. DOI: 10.1007/BF00991677. ISSN 0146-7239.

SEITL, Martin. 2012. *Poznávání interpersonálních charakteristik osobnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3320-2.

SLEZÁČKOVÁ, Alena. 2010. Pozitivní psychologie – věda nejen o štěstí. *E-psychologie* [online]. 4(3), 55-69 [cit. 2016-03-26]. ISSN ISSN 1802-8853. Dostupné z: <http://e-psycholog.eu/pdf/slezackova.pdf>

SCHNEIDEROVÁ, Anna. 2008. Gender, maskulinita – feminita a stres. In: MLČÁK, Zdeněk, Karel PAULÍK a Helena ZÁŠKODNÁ (eds.). *Osobnost v kontextu prosociálního chování a zátěžové odolnosti*. Ostrava: Ostravská univerzita, Filozofická fakulta, s.128-133. ISBN 978-80-7368-532-4.

SCHUSTEROVÁ, Nikoleta. 2008. Konštrukt “Hodnota” v psychologickom ponímaní. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, 52(3), s. 265-275. ISSN 0009-062X.

SCHWARTZ, Shalom H. 1992. Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. 25, 1-65. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60281-6.

Dostupné také z:

<http://kodu.ut.ee/~cect/teoreetiline%20seminar%2023.04.2013/Schwartz%201992.pdf>

SCHWARTZ, S. H., G. MELECH, A. LEHMANN, S. BURGESS, M. HARRIS a V. OWENS. 2001. Extending the Cross-Cultural Validity of the Theory of Basic

Human Values with a Different Method of Measurement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. **32**(5), 519-542. DOI: 10.1177/0022022101032005001. ISSN 0022-0221.

Dostupné také z:

https://www.researchgate.net/publication/247723936_Extending_the_Cross-Cultural_Validity_of_the_Theory_of_Basic_Human_Values_with_a_Different_Method_of_Measurement

SCHWARTZ, Shalom H. a Tammy RUBEL. 2005. Sex differences in value priorities: Cross-cultural and multimethod studies. *Journal of Personality and Social Psychology*. **89**(6), 1010-1028. DOI: 10.1037/0022-3514.89.6.1010. ISSN 1939-1315.

SCHWARTZ, Shalom H. 2006. Basic Human Values: Theory, Measurement, and Applications. *Revue française de sociologie*. **4**(47), 929-968. ISSN 0035-2969.

SCHWARTZ, Shalom H. 2012. An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*. **2**(1). DOI: 10.9707/2307-0919.1116. ISSN 2307-0919. Dostupné také z:

<http://scholarworks.gvsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1116&context=orpc>

SCHWARTZ, Shalom H., Jan CIECIUCH, Michele VECCHIONE, et al. 2012. Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology*. **103**(4), 663-688. DOI: 10.1037/a0029393. ISSN 1939-1315. Dostupné také z: http://kodu.ut.ee/~cect/teoreetiline_seminar_23.04.2013/Refining_the_theory_of_basic_individual_values_2012.pdf

SMÉKAL, Vladimír. 2009. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 3., opr. vyd. Brno: Barrister. ISBN 978-80-87029-62-6.

SOTO, Christopher J. 2015. Is Happiness Good for Your Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five With Subjective Well-Being. *Journal of Personality*. **83**(1), 45-55. DOI: 10.1111/jopy.12081. ISSN 00223506.

Dostupné také z:

https://www.researchgate.net/publication/259152327_Is_Happiness_Good_for_Your_P

ersonality_Concurrent_and_Prospective_Relations_of_the_Big_Five_With_Subjective_Well-Being

SPRINGER, Kristen W. a Robert M. HAUSER. 2006. An assessment of the construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-Being: Method, mode, and measurement effects. *Social Science Research*. **35**(4), 1080-1102. DOI: 10.1016/j.ssresearch.2005.07.004. ISSN 0049089x.

SPRINGER, Kristen W., Tetyana PUDROVSKA a Robert M. HAUSER. 2011. Does psychological well-being change with age? Longitudinal tests of age variations and further exploration of the multidimensionality of Ryff's model of psychological well-being. *Social Science Research*. **40**(1), 392-398. DOI: 10.1016/j.ssresearch.2010.05.008. ISSN 0049089x. Dostupné také z: <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/864.pdf>

STÖRIG, Hans Joachim. 1995. *Malé dějiny filozofie*. 4. vyd. Praha: Zvon. ISBN 80-711-3115-6.

ŠOLCOVÁ, Iva, Jiří LUKAVSKÝ a Esther GREENGLASS. 2006. Dotazník proaktivního zvládání životních nároků. In: *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Academia, **50**(2), s. 148-162. ISSN 0009-062X.

THOROVÁ, Kateřina. 2015. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0714-6.

TRETERA, Ivo. 2006. *Nástin dějin evropského myšlení: od Thaléta k Rousseauovi*. 5. vyd. V Praze: Paseka. ISBN 80-718-5819-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. 2010. *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1832-6.

VANDENBOS, Gary R (ed.). 2007. *APA dictionary of psychology*. Washington: American Psychological Association. ISBN 978-1-59147-380-0.

VOKURKA, Martin a Jan HUGO. 2008. *Velký lékařský slovník*. 8., aktualiz. vyd. Praha: Maxdorf. ISBN 978-80-7345-166-0.

VYBÍRAL, Zbyněk. Psychologické rozdíly mezi ženami a muži neexistují. 2005. In: HELLER, Daniel, Jana PROCHÁZKOVÁ a Irena SOBOTKOVÁ (ed.). *Psychologické dny 2004 : Svět žen a svět mužů : polarita a vzájemné obohacování : sborník příspěvků z konference Psychologické dny, Olomouc 2004*. Olomouc : Universita Palackého v Olomouci. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Facultas Philosophica. ISBN 80-244-1059-1.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. 2008. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

WATERMAN, Alan S., Seth J. SCHWARZ a Regina CONTI. 2008. The Implications of Two Conceptions of Happiness (Hedonic Enjoyment and Eudaimonia) for the Understanding of Intrinsic Motivation. *Journal of Happiness Studies*. **9**(1), 41-79. DOI: 10.1007/s10902-006-9020-7. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/publication/23545618_The_Implications_of_Two_Conceptions_of_Happiness_Hedonic_Enjoyment_and_Eudaimonia_for_the_Understanding_of_Intrinsic_Motivation

WOOD, Wendy, Nancy RHODES a Melanie WHELAN. 1989. Sex differences in positive well-being. *Psychological Bulletin*. **106**(2), 249-264. Dostupné také z: <https://dornsife.usc.edu/assets/sites/208/docs/Wood.Rhodes.Whelan.1989.pdf>

WORELL, Judith (ed.). 2001. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press. ISBN 01-222-7246-3.

ZIOMKIEWICZ, Anna, Szymon WICHARY, Dorota BOCHENEK, Bogusław PAWLOWSKI a Grazyna JASIENSKA. 2012. Temperament and ovarian reproductive

hormones in women: Evidence from a study during the entire menstrual cycle.

Hormones and Behavior. **61**(4), 535-540. DOI: 10.1016/j.yhbeh.2012.01.017. ISSN

0018506x. Dostupné také z:

https://www.researchgate.net/publication/236655807_Sexual_Hormones_Influence_Grady's_Theory_of_Personality

V PŘÍLOHY

Seznam příloh:

Příloha 1: Úvodní instrukce k vyplňování dotazníků

Příloha 2: Dotazník hodnotových portrétů PVQ

Příloha 3: Škála spokojenosti se životem SWLS

Příloha 4: Škála psychologického well-beingu PWB

Příloha 5: Brief COPE

Příloha 6: Výsledky skóre použitých metod a jejich deskriptivní statistiky

Příloha 7: Výsledky t-testů a Cohenova d

Příloha 8: Tabulka testů signifikantnosti korelačních koeficientů SWB a ostatními metodami

Příloha 9: Tabulka testů signifikantnosti korelačních koeficientů PWB a ostatními metodami

Příloha 1: Úvodní instrukce k vyplňování dotazníků

Vážené kolegyně, vážení kolegové,

dovolujeme si Vás oslovit a poprosit o spolupráci na výzkumu, který provádí Psychologický ústav Akademie věd České republiky, Psychologický ústav FF MU v Brně a Katedra psychologie FF UK v Praze. Výzkum se zabývá životem, názory a pocity současných vysokoškoláků.

Odpovědi na sadu dotazníků Vám zaberou přibližně 60 – 90 min., tj. maximálně dvě vyučovací hodiny. V dotaznících nejsou ani správné ani špatné odpovědi, zajímají nás Vaše názory, co Vy sami si myslíte a cítíte. Výzkum je anonymní.

Rádi bychom Vás při této příležitosti požádali také o dlouhodobou spolupráci. V psychologii jsou vždy nejcennější údaje, které sledují celoživotní dráhu člověka. Spolupráce by spočívala v tom, že bychom Vás v časových intervalech zhruba 5 let vždy požádali o vyplnění několika dotazníků.

Pokud budete s dlouhodobou spoluprací souhlasit, prosíme Vás o vyplnění osobního dotazníku na konci sady. V dlouhodobém výzkumu je nezbytné znát osobní údaje, aby Vás bylo možné v budoucnosti kontaktovat. Zaručujeme Vám i v tomto případě anonymitu. Vaši identitu bude znát jen vedoucí projektu a jeden jím pověřený pracovník. Při publikování výsledků Vám též zaručujeme anonymitu Vašich odpovědí.

Děkujeme Vám za Vaši vstřícnost a čas, který našemu projektu věnujete.

Prof. PhDr. Marek Blatný, CSc.
Ředitel PSU AV ČR

Prof. PhDr. Mojmír Svoboda, CSc.
Vedoucí PSU FF MU

PhDr. Ilona Gillernová, CSc.
Vedoucí Katedry psychologie FF UK

Příloha 2: Dotazník hodnotových portrétů PVQ

Níže naleznete popisy různých postojů. Přečtěte si, prosím, pozorně každý popis a přemýšlejte o tom, jak moc se Vaším postojům podobají nebo nepodobají postoje popisované osoby. U každé položky vybarvěte kolečko, které nejlépe vyjadřuje, do jaké míry se Vám popisovaná osoba podobá.

Do jaké míry se Vám daná osoba podobá?

- ☐ Vůbec se mi nepodobá ☐ Nepodobá se mi ☐ Podobá se mi málo
☐ Podobá se mi trochu ☐ Podobá se mi ☐ Velmi se mi podobá

1. Vymýšlení něčeho nového a tvořivost jsou pro něho/ni důležité. Rád/ráda dělá věci svým vlastním originálním způsobem.
2. Je pro něj/ni důležité, aby byl/byla bohatý/á. Chce mít hodně peněz a drahé věci.
3. Myslí si, že je důležité, aby se s každým člověkem na světě zacházelo stejně. Věří, že každý by měl mít v životě stejné příležitosti.
4. Je pro něj/ni velmi důležité ukazovat své schopnosti. Chce, aby lidé obdivovali, co dělá.
5. Je pro něj/ni důležité žít v bezpečném prostředí. Vyhýbá se všemu, co by mohlo ohrozit jeho/její bezpečnost.
6. Myslí si, že v životě je důležité dělat mnoho rozličných věcí. Stále vyhledává nové věci, aby je vyzkoušel/a.
7. Věří, že lidé by měli dělat to, co se jim řekne. Domnívá se, že lidé by měli dodržovat pravidla vždy, dokonce i když na ně nikdo nedohlíží.
8. Je pro něj/ni důležité naslouchat lidem, kteří jsou jiní než on/ona. I když s nimi nesouhlasí, chce jim porozumět.
9. Myslí si, že je důležité nežádat víc, než máme. Věří, že lidé by měli být spokojeni s tím, co mají.
10. Vyhledává každou příležitost, aby se pobavil(a). Je pro něj/ni důležité dělat věci, které mu/jí přinášejí potěšení.
11. Je pro něj/ni důležité rozhodovat sám/sama o tom, co dělat. Rád(a) si svobodně plánuje a vybírá své aktivity.
12. Je pro něj/ni velmi důležité pomáhat lidem okolo. Chce se starat o jejich blaho.
13. Je pro něj/ni důležité být velmi úspěšný/á. Rád(a) dělá dojem na druhé.

14. Je pro něj/ni velmi důležité, aby jeho/její země byla bezpečná. Myslí si, že stát musí být ve střehu vůči hrozbám zvenčí i zevnitř.
15. Rád(a) riskuje. Stále vyhledává dobrodružství.
16. Je pro něj/ni důležité, aby se vždy choval/a spořádaně. Chce se vyhnout všemu, o čem by lidé řekli, že je špatně.
17. Je pro něj/ni důležité mít zodpovědnost a říkat druhým, co mají dělat. Chce, aby lidé dělali, co jim řekne.
18. Je pro něj/ni důležité být loajální k přátelům. Chce se věnovat lidem, kteří jsou mu/ji blízcí.
19. Pevně věří, že by se lidé měli starat o přírodu. Ochrana životního prostředí je pro něj/ni důležitá.
20. Náboženská víra je pro něj/ni důležitá. Velice se snaží dělat to, co jeho/její náboženství vyžaduje.
21. Je pro něj/ni důležité, aby věci byly uspořádané a čisté. Opravdu nemá rád(a), když jsou věci v nepořádku.
22. Myslí si, že je důležité zajímat se o věci kolem. Je zvědavý/á a snaží se porozumět všemu možnému.
23. Věří, že lidé na celém světě by měli žít v harmonii. Je pro něj/ni důležité propagovat mír mezi všemi skupinami na světě.
24. Myslí si, že je důležité být ambiciózní. Chce ukázat, jak je schopný/á.
25. Myslí si, že nejlepší je dělat věci tradičními způsoby. Je pro něj/ni důležité dodržovat zvyky, které si osvojil/a.
26. Je pro něj/ni důležité užívat si radostí života. Rád/a si dopřává.
27. Je pro něj/ni důležité reagovat na potřeby druhých lidí. Snaží se podporovat ty, které zná.
28. Věří, že by měl(a) vždy dávat najevo respekt vůči svým rodičům a starším lidem. Je pro něj/ni důležité být poslušný/á.
29. Chce, aby se s každým nakládalo spravedlivě, dokonce i s lidmi, které nezná. Je pro něj/ni důležité ochraňovat ve společnosti ty slabší.
30. Má rád(a) překvapení. Je pro něj/ni důležité žít vzrušující život.
31. Usilovně se snaží vyhnout tomu, aby onemocněl(a). Je pro něj/ni velmi důležité, aby zůstal zdrav(a).
32. Je pro něj/ni důležité, aby měl(a) v životě úspěch. Usiluje o to, aby byl(a) lepší než druzí.
33. Je pro něj/ni důležité odpouštět lidem, kteří mu/ji ublížili. Snaží se na nich vidět to lepší a nebýt vůči nim zaujatý/á.
34. Je pro něj/ni důležité být nezávislý/á. Rád(a) se spoléhá sám/sama na sebe.
35. Je pro něj/ni důležité mít stabilní vládu. Jde mu/jí o to, aby byl zajištěn sociální řád.

36. Je pro něj/ni důležité být stále zdvořilý/á k druhým. Snaží se, aby druhé nikdy nerušil/a nebo nerozčiloval/a.
37. Opravdu si chce užívat život. Je pro něj/ni důležité, aby mu/jí bylo dobře.
38. Je pro něj/ni důležité být pokorný a skromný. Nesnaží se na sebe přitahovat pozornost.
39. Vždy si přeje být jediným/jedinou, kdo rozhoduje. Je rád(a) vůdcem.
40. Je pro něj/ni důležité přizpůsobit se přírodě a být s ní v souladu. Věří, že lidé by neměli měnit přírodu.

Příloha 3: Škála spokojenosti se životem SWLS

Pozorně si přečtěte následující výroky. U každého zvažte, do jaké míry vystihuje právě Vás, tj. do jaké míry uvedené výpovědi pro Vás platí či neplatí. Podle své volby vybarvěte kolečko na příslušné škále.

Neplatí ○ ○ ○ ○ ○ Platí

1. Téměř ve všech ohledech se můj život blíží mému ideálu.
2. Podmínky mého života jsou uspokojivé.
3. Se svým životem jsem spokojený/á.
4. Až dosud jsem v životě získal(a) důležité věci, které jsem chtěl(a).
5. Kdybych mohl(a) žít svůj život znovu, téměř nic bych nezměnil(a).

Příloha 4: Škála psychologického well-beingu PWB

Škála je uvedena bez poslední položky, tedy tak, jak byla administrována.

Následující dotazník se zaměřuje na to, jak vnímáte sám/sama sebe a svůj život. Zhodnoťte jednotlivá tvrzení z hlediska toho, jak se hodí k popisu Vaší osoby. Svůj názor vyjádřete vybarvením příslušného kolečka. Vezměte, prosím, na vědomí, že zde neexistují žádné správné a chybné odpovědi.

☐ nesouhlasí ☐ z větší části nesouhlasí ☐ mírně nesouhlasí ☐ mírně souhlasí
☐ z větší části souhlasí ☐ zcela souhlasí

1. Obecně vzato mám pocit, že mám situaci, ve které žiji, pod kontrolou.
2. Hledím-li na svůj životní příběh, mám radost z toho, jak vše dopadlo.
3. Udržování blízkých vztahů je pro mne obtížné a frustrující.
4. Požadavky každodenního života mne často deprimují.
5. Jsem docela dobrý/á ve zvládání mnoha povinností mého každodenního života.
6. Domnívám se, že je důležité získávat nové zkušenosti, které jsou výzvou pro přehodnocení toho, jak smýšlíme o sobě a o světě.
7. Většina aspektů mé osobnosti se mi líbí.
8. Mám tendenci nechávat se ovlivnit lidmi s výraznými a pevnými názory.
9. V mnoha směrech se cítím zklamán(a) tím, co jsem v životě dokázal(a).
10. Lidé mne popisují jako štědrého člověka, ochotného sdílet svůj čas s ostatními.
11. Mám důvěru ve své názory, a to i tehdy, jsou-li v rozporu s obecně akceptovaným názorem.
12. Nezažil jsem mnoho vstřícných a důvěryhodných vztahů s druhými lidmi.
13. Někteří lidé putují životem bezcílně, já k nim však nepatřím.
14. Život je pro mne nepřetržitý proces učení se, změn a růstu.
15. Občas se cítím, jako bych již v životě udělal(a) vše, co se udělat dalo.
16. Již dávno jsem vzdal/a snahu realizovat velká vylepšení nebo velké změny ve svém životě.
17. Posuzuji sám/sama sebe podle toho, co považuji za důležité já, nikoli podle hodnot, které považují za důležité ostatní.

Příloha 5: Brief COPE

Zajímá nás také, jak se lidé vyrovnávají s těžkými a stresovými situacemi. Uvedené položky vypovídají o různých způsobech chování při zátěži. Chtěli bychom Vás požádat, abyste odpověděli, co Vy osobně většinou děláte v těchto situacích. Různé situace a problémy mohou vyvolávat různé reakce, pokuste se však myslet na to, co je pro Vás typické. Jak moc nebo jak často postupujete tak, jak to popisují jednotlivé položky? Podle toho, co Vás nejlépe vystihuje, vybarvete příslušné kolečko na škále:

1. **nikdy** to nedělám, **nikdy** se tak nechovám
2. **někdy** to dělám, **někdy** se tak chovám
3. **dost často** to dělám, **dost často** se tak chovám
4. **velmi často** to dělám, **velmi často** se tak chovám

1. Věnuji se práci nebo jiným činnostem, abych na problém přestal(a) myslet.
2. Soustřed'uji své úsilí na to, abych s tím něco udělal(a).
3. Říkám si: „Tohle není možné.“
4. Užiji alkohol nebo jiné drogy, abych se cítil(a) lépe.
5. Usiluji o získání citové opory u přátel a příbuzných.
6. Tvářím se, že se ve skutečnosti nic nestalo.
7. Podniknu akci, abych vylepšil(a) svou situaci.
8. Odmítám si přiznat, že se to skutečně stalo.
9. Mluvím o tom, abych odstranil(a) negativní pocity.
10. Potřebuji pomoc a rady jiných.
11. Užiji alkohol nebo jiné drogy, aby mi pomohli dostat se přes to.
12. Snažím se vidět problém v jiném, pozitivnějším světle.
13. Jsem kritický/á k sobě samému/samé.
14. Pokouším se objasnit si strategie, postup řešení, co dělat.
15. Hledám u někoho porozumění a sympatie.
16. Vzdávám se pokusu dosáhnout, co chci.
17. Hledám něco dobré v tom, co se událo.
18. Vtipkuji o tom.
19. Vykonávám různé činnosti (dívám se na televizi, jdu do kina, čtu, nakupuji), abych na problém myslel/a co nejméně.
20. Přijímám fakt, že se to stalo.
21. Projevuji své negativní pocity navenek.

22. Usiluji o nalezení uspokojení ve víře a náboženství.
23. Snažím se získat pomoc a rady, co mám dělat, od jiných lidí.
24. Učím se s tím žít.
25. Přemýšlím úporně o tom, jaké kroky udělat.
26. Obviňuji se za věci, které se staly.
27. Modlím se nebo medituji.
28. Ze situace si dělám žerty.

Příloha 6: Výsledky skóre použitých metod a jejich deskriptivní statistiky

Škála	Pohlaví	Počet	Průměr	Směr. odchylka	Stř. chyba prům.
SWLS	Muži	751	23,808	6,030	0,220
	Ženy	1566	25,494	6,266	0,158
PWB	Muži	740	78,932	9,936	0,365
	Ženy	1541	80,542	9,210	0,235
NEO Neuroticismus	Muži	834	22,209	9,324	0,323
	Ženy	1731	24,970	8,872	0,213
NEO Extraverze	Muži	834	29,087	8,663	0,300
	Ženy	1730	30,676	7,794	0,187
NEO Otevřenost	Muži	834	30,873	6,573	0,228
	Ženy	1730	30,639	6,549	0,157
NEO Přívětivost	Muži	834	29,221	6,101	0,211
	Ženy	1730	30,740	5,985	0,144
NEO Svědomitost	Muži	834	26,630	8,072	0,280
	Ženy	1729	29,303	7,872	0,189
PVQ Sebeřízení	Muži	767	0,842	0,654	0,024
	Ženy	1601	0,789	0,658	0,016
PVQ Stimulace	Muži	764	-0,183	0,986	0,036
	Ženy	1594	-0,196	0,949	0,024
PVQ Hedonismus	Muži	763	0,559	0,929	0,034
	Ženy	1593	0,488	0,886	0,022
PVQ Úspěch	Muži	764	0,144	0,937	0,034
	Ženy	1596	-0,013	0,971	0,024
PVQ Moc	Muži	765	-0,695	1,017	0,037
	Ženy	1599	-1,031	0,979	0,024
PVQ Bezpečnost	Muži	764	-0,241	0,727	0,026
	Ženy	1594	-0,092	0,661	0,017
PVQ Konformita	Muži	764	-0,275	0,905	0,033
	Ženy	1594	-0,332	0,848	0,021
PVQ Tradice	Muži	763	-1,034	0,902	0,033
	Ženy	1594	-1,044	0,838	0,021
PVQ Laskavost	Muži	763	0,378	0,647	0,023
	Ženy	1593	0,552	0,621	0,016
PVQ Univerzalismus	Muži	764	0,323	0,726	0,026
	Ženy	1597	0,475	0,657	0,016
PVQ Otevřenost ke změně	Muži	767	0,402	0,654	0,024
	Ženy	1601	0,367	0,639	0,016
PVQ Sebezdržnění	Muži	765	-0,215	0,865	0,031
	Ženy	1599	-0,449	0,858	0,021
PVQ Konzervace	Muži	764	-0,496	0,587	0,021
	Ženy	1594	-0,458	0,539	0,014

PVQ Sebeopřesah	Muži	764	0,345	0,570	0,021
	Ženy	1597	0,506	0,518	0,013
BriefCOPE	Muži	675	4,747	1,377	0,053
Seberozptýlení	Ženy	1439	5,088	1,408	0,037
BriefCOPE Aktivní coping	Muži	675	5,615	1,236	0,048
	Ženy	1435	5,582	1,238	0,033
BriefCOPE Popření	Muži	675	3,711	1,269	0,049
	Ženy	1440	4,057	1,280	0,034
BriefCOPE Užívání látek	Muži	678	2,973	1,461	0,056
	Ženy	1443	2,791	1,332	0,035
BriefCOPE Využ. emoční podpory	Muži	677	5,182	1,586	0,061
	Ženy	1439	6,058	1,489	0,039
BriefCOPE Využ. instr. podpory	Muži	676	4,652	1,435	0,055
	Ženy	1439	5,315	1,462	0,039
BriefCOPE Behav. vzdání se	Muži	676	3,944	1,174	0,045
	Ženy	1441	3,861	1,156	0,030
BriefCOPE Ventilace	Muži	675	4,720	1,408	0,054
	Ženy	1439	5,406	1,422	0,037
BriefCOPE Pozit. přerámování	Muži	678	5,310	1,366	0,052
	Ženy	1444	5,362	1,417	0,037
BriefCOPE Plánování	Muži	677	5,993	1,246	0,048
	Ženy	1444	6,012	1,211	0,032
BriefCOPE Humor	Muži	675	5,182	1,850	0,071
	Ženy	1440	4,801	1,717	0,045
BriefCOPE Akceptace	Muži	677	5,756	1,188	0,046
	Ženy	1437	5,711	1,203	0,032
BriefCOPE Náboženství	Muži	676	2,994	1,596	0,061
	Ženy	1440	3,088	1,696	0,045
BriefCOPE Sebeobviňová-ní	Muži	678	5,420	1,309	0,050
	Ženy	1441	5,456	1,337	0,035

Příloha 7: Výsledky t-testů a Cohenova d

Škála	t	Stupně volnosti	Sig. (2- str.)	Cohenovo d
SWLS	-6,138	2315	0,000	0,274
PWB	-3,809	2279	0,000	0,168
NEO Neuroticismus	-7,261	2563	0,000	0,303
NEO Extraverze	-4,493	1500	0,000	0,193
NEO Otevřenost	0,846	2562	0,398	0,036
NEO Přívětivost	-5,984	2562	0,000	0,251
NEO Svědomitost	-7,989	2561	0,000	0,335
PVQ Sebeřízení	1,836	2366	0,067	0,081
PVQ Stimulace	0,295	2356	0,768	0,013
PVQ Hedonismus	1,810	2354	0,070	0,079
PVQ Úspěch	3,723	2358	0,000	0,165
PVQ Moc	7,705	2362	0,000	0,336
PVQ Bezpečnost	-4,801	1383	0,000	0,215
PVQ Konformita	1,481	2356	0,139	0,064
PVQ Tradice	0,252	2355	0,801	0,011
PVQ Laskavost	-6,273	2354	0,000	0,274
PVQ Univerzalizmus	-4,919	1376	0,000	0,220
PVQ Otevřenost ke změně	1,236	2366	0,216	0,054
PVQ Sebezdržnění	6,198	2362	0,000	0,272
PVQ Konzervace	-1,542	2356	0,123	0,067
PVQ Sebepřesah	-6,843	2359	0,000	0,296
BriefCOPE Seberozptýlení	-5,238	2112	0,000	0,245
BriefCOPE Aktivní coping	0,570	2108	0,569	0,027
BriefCOPE Popření	-5,807	2113	0,000	0,271
BriefCOPE Užívání látek	2,751	1222	0,006	0,130
BriefCOPE Využ. emoční podpory	-12,081	1252	0,000	0,569
BriefCOPE Využ. instr. podpory	-9,787	2113	0,000	0,458
BriefCOPE Behav. vzdání se	1,538	2115	0,124	0,071
BriefCOPE Ventilace	-10,369	2112	0,000	0,485
BriefCOPE Pozit. přerámování	-0,804	2120	0,421	0,038
BriefCOPE Plánování	-0,349	2119	0,727	0,016
BriefCOPE Humor	4,522	1234	0,000	0,214
BriefCOPE Akceptace	0,819	2112	0,413	0,038
BriefCOPE Náboženství	-1,203	2114	0,229	0,057
BriefCOPE Sebeobviňování	-0,575	2117	0,565	0,027

Příloha 8: Tabulka testů signifikantnosti korelačních koeficientů SWLS a ostatními metodami

Škála	Muži		Ženy		Z	p-jednostr.	p-dvoustr.
	k.koef.	Počet	k.koef	Počet			
PWB	0,577	740	0,611	1538	-1,15	0,125	0,251
NEO Neuroticismus	-0,525	751	-0,487	1566	-1,13	0,129	0,259
NEO Extraverze	0,408	751	0,325	1566	2,16	0,015	0,031
NEO Otevřenost	-0,007	751	-0,032	1565	0,57	0,283	0,566
NEO Přívětivost	0,088	751	0,156	1565	-1,56	0,059	0,118
NEO Svědomitost	0,315	751	0,274	1565	1,01	0,156	0,312
PVQ Sebeřízení	0,107	750	0,054	1566	1,21	0,114	0,228
PVQ Stimulace	0,109	750	0,014	1566	2,15	0,016	0,032
PVQ Hedonismus	0,125	750	0,124	1566	0,02	0,490	0,980
PVQ Úspěch	0,027	750	0,034	1566	-0,17	0,434	0,867
PVQ Moc	-0,015	750	-0,014	1566	-0,03	0,488	0,976
PVQ Bezpečnost	-0,094	750	0,017	1566	-2,51	0,006	0,012
PVQ Konformita	-0,137	750	-0,036	1566	-2,3	0,011	0,022
PVQ Tradice	-0,124	750	-0,08	1566	-1	0,158	0,316
PVQ Laskavost	0,065	750	-0,023	1566	1,97	0,024	0,048
PVQ Univezalismus	0,029	750	-0,052	1566	1,82	0,034	0,069
PVQ Otevřenost	0,131	750	0,041	1566	2,04	0,021	0,042
BriefCOPE Seberozptýlení	-0,111	675	-0,042	1435	-1,5	0,066	0,133
BriefCOPE Akt.coping	0,27	675	0,241	1431	0,66	0,253	0,507
BriefCOPE Popření	-0,287	675	-0,224	1436	-1,44	0,075	0,150
BriefCOPE Užívání látek	-0,143	678	-0,134	1439	-0,2	0,419	0,838
BriefCOPE Využ. emoční podpory	-0,055	677	0,105	1435	-3,42	<0,001	0,001
BriefCOPE Využ. instr. Podpory	-0,108	676	0,004	1435	-2,39	0,008	0,017
BriefCOPE Behav. vzdání se	-0,211	676	-0,244	1437	0,74	0,229	0,458
BriefCOPE Ventilace	0,031	675	0,125	1435	-2,04	0,021	0,042
BriefCOPE Pozit. Přerámování	0,203	678	0,243	1440	-0,9	0,185	0,370
BriefCOPE Plánování	0,098	677	0,152	1440	-1,16	0,122	0,244
BriefCOPE Humor	0,165	675	0,119	1436	1,01	0,155	0,310
BriefCOPE Akceptace	0,052	677	0,186	1433	-2,92	0,002	0,003
BriefCOPE Náboženství	0,034	676	0,014	1436	0,42	0,338	0,676
BriefCOPE Sebeobviňování	-0,301	678	-0,272	1437	-0,67	0,252	0,504

PVQ Otevřenost ke změně	0,131	750	0,041	1566	2,04	0,021	0,041
PVQ Sebezduřaznění	0,01	750	0,015	1566	-0,11	0,455	0,910
PVQ Konzervace	-0,168	750	-0,047	1566	-2,76	0,003	0,006
PVQ Sebepřesah	0,052	750	-0,051	1566	2,32	0,010	0,020

Příloha 9: Tabulka testů signifikantnosti korelačních koeficientů PWB a ostatními metodami

Škála	Muži		Ženy		Z	p-jednostr.		p-dvoustr.
	k.koef.	Počet	k.koef.	Počet				
SWLS	0,577	740	0,611	1538	-1,15	0,125	0,251	
NEO Neuroticismus	-0,552	740	-0,502	1541	-1,55	0,060	0,121	
NEO Extraverze	0,511	740	0,407	1541	2,95	0,002	0,003	
NEO Otevřenost	0,218	740	0,144	1541	1,7	0,045	0,090	
NEO Přívětivost	0,07	740	0,167	1541	-2,2	0,014	0,028	
NEO Svědomitost	0,391	740	0,347	1541	1,12	0,131	0,261	
PVQ Sebeřízení	0,332	740	0,231	1541	2,45	0,007	0,014	
PVQ Stimulace	0,17	740	0,081	1541	2,03	0,021	0,043	
PVQ Hedonismus	0,138	740	0,1	1541	0,86	0,195	0,390	
PVQ Úspěch	0,159	740	0,061	1541	2,2	0,014	0,028	
PVQ Moc	0,063	740	-0,032	1541	2,13	0,017	0,034	
PVQ Bezpečnost	-0,197	740	-0,032	1541	-3,75	<0,001	<0,001	
PVQ Konformita	-0,307	740	-0,19	1541	-2,77	0,003	0,006	
PVQ Tradice	-0,305	740	-0,209	1541	-2,3	0,011	0,021	
PVQ Laskavost	0,098	740	0,052	1541	1,03	0,152	0,305	
PVQ Univezalizmus	0,043	740	0,023	1541	0,46	0,322	0,644	
PVQ Otevřenost	0,295	740	0,188	1541	2,55	0,005	0,011	
BriefCOPE Seberozptýlení	-0,126	673	-0,049	1438	-1,66	0,048	0,096	
BriefCOPE Akt.coping	0,421	673	0,306	1434	2,85	0,002	0,004	
BriefCOPE Popření	-0,358	673	-0,307	1439	-1,21	0,113	0,227	
BriefCOPE Užívání látek	-0,118	676	-0,137	1442	0,42	0,339	0,678	
BriefCOPE Využ. emoční podpory	0,015	675	0,056	1438	-0,89	0,186	0,373	
BriefCOPE Využ. instr. Podpory	-0,118	674	-0,106	1438	-0,27	0,395	0,790	
BriefCOPE Behav. vzdání se	-0,308	674	-0,332	1440	0,57	0,286	0,572	
BriefCOPE Ventilace	0,062	673	0,114	1438	-1,11	0,132	0,265	
BriefCOPE Pozit. Přerámování	0,265	676	0,3	1443	-0,81	0,210	0,419	
BriefCOPE Plánování	0,246	675	0,247	1443	-0,04	0,483	0,966	
BriefCOPE Humor	0,147	673	0,113	1439	0,75	0,226	0,452	
BriefCOPE Akceptace	0,138	675	0,247	1436	-2,41	0,008	0,016	
BriefCOPE Náboženství	0,065	674	0,016	1439	1,04	0,150	0,299	
BriefCOPE Sebeobviňování	-0,294	676	-0,289	1440	-0,12	0,452	0,903	
PVQ Otevřenost ke změně	0,295	740	0,188	1541	2,54	0,006	0,011	
PVQ Sebezdůraznění	0,13	740	0,024	1541	2,38	0,009	0,017	
PVQ Konzervace	-0,382	740	-0,207	1541	-4,29	<0,001	<0,001	
PVQ Sebepřesah	0,078	740	0,042	1541	0,81	0,210	0,420	

